

Fun Fun タイム オリジナル人形劇を見よう

赤ちゃんから高齢者まで楽しめる人形劇です。

★日時 8月26日(火) 10時～12時

★講師 藤定 良子さん

★定員 親子 15組

★対象 主に乳幼児(0～4歳)とその保護者

★受講料 無料

★持ち物 お茶、ミルクなどの
飲料、汗拭き用タオル

★申込期間 7月7日(月)～

8月15日(金)に公民館へ



おいしい健康セミナー

次にやって来る季節を元気に過ごす為には
今の季節の食養生が大切なのです

日本は四季のある美しい国です。そして各季節に
恵まれる食べ物はその季節の身体を健康に保ち、次
の季節への準備をしてくれます。今回は、自然に寄
り添った暮らしの『季節の食養生 晩夏～初秋』の
お話です。

●日時 8月2日(土) 13:30～15:30

●講師 健康栄養士 古谷 育子さん

●定員 26人 (申込順)

●申込 7月7日(月)～7月25日(金)までに
公民館へ

※詳細は各団体等へご確認ください。

地域行事のご案内

【箕島子ども育成会主催行事】

箕島子ども夏祭り

○日時 8月2日(土) 18:00～20:00

○会場 箕島小学校グラウンド

【妹尾学区コミュニティ協議会主催行事】

第17回健康講演会

○日時 8月3日(日) 8:00～

○会場 妹尾小学校 道義高揚会館(体育館)

わくぐり神事・夏越大祓

箕島神社：7月6日(日) 9:00～

御前神社：7月20日(日) 18:00～

精霊送り 8月15日(金) 詳細は町内会の回覧または、妹尾地域センターにご確認ください。

【岡山南商工会妹尾支所主催行事】

せのお夏まつり(音楽によるまちづくり)

○日時 8月24日(日) 15:30～20:30

○会場 妹尾小学校第2グラウンド

【丈夫で長生き“せのお・みしま”推進委員会】

男性限定ホットひと息、おいしいコーヒータイム

○日時 9月9日(火) 14:00～16:00

○場所 妹尾公民館 ○参加費 300円

○持ってくるもの コーヒーカップ

七日日祭 啓運山盛隆寺：8月7日(木)

開山踊り 如意山吞海寺：8月16日(土) 18:00～

防災コラレ No.2 家具転倒防止や水害対策できていますか？

妹尾・箕島ふるさとさくら祭で実施したアンケ
ート調査(98人から回答)によると、家具の転
倒防止対策をしている人は、全体の29.6%でし
た。特に、独り住まいの人11人中では、2人だ
けが対策をされていて、「高齢で自分ではなか
なでなくて…」という声もありました。



「シニアサポート倶楽部ねこ
の手妹尾」(☎080-4552-
6650)では、高齢になって思
うように動けない人対象に家

具の転倒防止対策も手伝ってもらえるそうです。
(有料。防災の専門家ではありません。)気にな
る方は、「シニアサポート倶楽部ねこの手妹尾」
に相談されてはどうでしょうか。

また、浸水など水害への備えは大丈夫ですか。
浸水対策に必要な土のう袋にも使用期限があり
ます。黒いラインの入ったもので(野外で使用の
場合)およそ1年とされています。1年以上
たっている場合は、切り替えをお勧めします。土
のう袋は、妹尾地域センターにもあります。

妹尾公民館だより

292号

発行
妹尾公民館
岡山市南区箕島
1025-1
<TEL & FAX>
(086)282-4747 妹尾公民館 HP



映画『スパイの妻』を上映します「妹尾塾」

○日時 8月23日(土) 13:00～15:30

(開場：13:00)

○会場 西ふれあいセンター ふれあいホール

○ストーリー 太平洋戦争前夜、満州で偶然、ある
国家機密を知った貿易会社社長の優作(高橋一
生)は、事の真相を世に知らしめようとするが、
反逆者と疑われる。妻聡子(蒼井優)は、夫を信
じ、スパイの妻とののしられようと、ただ愛する
優作とともに生きることを心に誓う。

○定員 150人(申込順)

○申込 7月29日(火)～8月21日(木)まで
に公民館へ

防災キャンプ2025

日時：9月6日(土) 9:00～11:30

当日受付：体育館入口にて 8:30～9:30

場所：妹尾小学校 体育館・校庭

内容：様々なブースで防災体験ができます

《ブース》 雨天の場合は変更有

応急手当ブース AED心肺蘇生ブース

移送体験ブース(自力で移動することが
難しい人を移送する方法を体験します)

防災ゲームブース 応急水栓体験ブース

水消火器体験ブース

※幼児用にミニ消防車試乗コーナーやおも
ちゃコーナーもあります。

持ち物：体育館シューズ(スリッパ等上履き)と靴
を入れる袋、飲み物、タオル等

定員：100人

申込：7月1日(火)～9月2日(火)までに
妹尾公民館へ

【留意事項】小学2年生以下は保護者同伴でご参
加ください。

※詳細は公民館窓口にあるチラシをご覧ください。

大人の音楽会「妹尾塾」

●日時 8月30日(土) 13:30～15:30頃

(開場：13:00)

●内容

第1部 心はずむ音楽を一緒に♪

演奏・歌 福祉音楽はるべのみなさん

第2部 二胡の音色で幽玄と癒しのひとときを

演奏 二胡演奏家 DENSENさん

日本二胡普及会専任講師

田中佳世さん



●会場 西ふれあいセンター ふれあいホール

●定員 150人(申込順)

●申込 8月5日(火)～8月28日(木)までに
公民館へ

「わがまちの防災・減災講座」

被災現場から見てきた 日頃の備え

～町内会、自主防災会への提案～

■日時 7月26日(土) 13:30～15:30

■講師 一般社団法人 epo おかやま笑顔プロジェクト
代表理事 村上 浩司さん

■内容 講師の村上さんは、東日本大震災や熊本地
震、今年3月に岡山市南区で発生した林野
火災にもボランティアとして、現地で活動
されました。講座では、被災現場の様子と、
その経験をもとにし
た今やっておくべき
防災活動についてア
ドバイスをいただき
ます。

■定員 26人

■申込 7月20日(日)までに公民館へ



パソコン教室



ITボランティアグループ 愛茶(アイティー:IT)クラブせのお

7月3日(木)から受付開始

公民館窓口、または、電話でお申し込みください。

エクセルⅢ

◎日時 9月1日、8日(月) 10時～12時

◎参加費 500円

◎定員 申込順 10人

◎申込締切 8月22日(金)

宛名シールに 差し込み印刷をしよう

◎日時 9月6日、20日(土) 10時～12時

◎参加費 500円

◎定員 申込順 10人

◎申込締切 8月29日(金)

パソコン相談室

申込・参加費不要

パソコン操作の疑問やお悩みを相談できます。
8月はパソコン相談室をお休みします。

7月19日(土)、9月20日(土) 13時30分～15時30分

14時までに相談者がいない場合は終了します。14時以降に来られる場合は、事前に連絡をお願いします。

園芸ボランティア募集

公民館のプランターや花壇の植え替え等のボランティアをしてみませんか。興味のある方は、公民館へご連絡ください。



公民館で苗(アジサイや百日草等)をもらってくださったみなさん、花が咲きましたら、ぜひ、公民館へ写真をお寄せください。

おもしろくて盛り上がる

音楽で脳トレ

音楽に合わせて、身体と脳をテンポよく活性化させます。楽しく脳トレしてみませんか。

●日時 7月10日(木) 10時～11時

●講師 平井 礼子さん

●定員 先着 10人

●受講料 無料

●持ち物 飲み物

●申込期間 7月8日(火)までに公民館へ



市民健康講座



共催 岡山市立せのお病院 妹尾公民館

○日程とテーマ

7月4日(金)「嚥下障害の早期発見とケア」

言語聴覚士 片岡 直規さん

8月1日(金)「認知症について」

看護師 長田 雅子さん

9月5日(金)「骨粗鬆症について」

せのお病院 院長 臼井 正明さん

※時間はいずれも 14時～15時

○定員 26人(先着)

○参加無料



○申込 不要(講座当日、申込用紙を記入してもらいます。)

地域の井戸・史跡見て歩き(妹尾・箕島周辺見所絵図より)

⑥⑤ きや 《木屋の墓所》 場所:高尾

吉田氏は古新田などを開発した大庄屋で、屋号を木屋といった。初代の

四郎右衛門が妹尾から引舟に移住し居を構え、古新田の開発に取り組んだ。以来、子孫も開発事業に力を入れ、庄屋などをつとめ、多くの農作業従事者を雇い、米作に力を注いだ。引舟が低湿地であるため墓所を山麓に求めた。代々、法華經の信者であったので墓石にも日蓮宗の法号が記されている。



夏野菜を分けてください

夏休み期間中に、子どもたちが地元で採れた野菜を使って調理する講座「子どもランチ教室」を今年も実施予定です。

家庭菜園でたくさんでき過ぎて、食べきれない野菜がありましたら、無料で分けてもらえませんか?

野菜を寄付いただける方は、下記の期間に公民館事務室までお持ちください。

《寄付いただきたい野菜》

ジャガイモ、きゅうりなど、

野菜ならなんでもOK

《受付期間》 7月24日(木)～25日(金)

《受付場所》 妹尾公民館事務室前

地元で採れた食材を食べる「地産地消」と、旬の食材を楽しむ「旬産旬消」、さらに「食品ロス削減」、いろいろな意味で、子どもたちに身体にも環境にもよいものを食べてほしいと考えていますので、ご協力をお願いします。



いこいの家

“いこいの家”で、軽い体操をしたり、おしゃべりしたりしませんか。

○日時 原則 毎週木曜9時30分～12時

○参加費 月200円

※初めて参加される方は、事前に公民館へ参加の申し込みをお願いします。

夏休みは公民館へ

詳しくは、公民館窓口にあるちらしをご覧ください。妹尾小学校、箕島小学校でもチラシは配布されます。

7/19(土) パソコンでオリジナルうちわづくり

7/22(火) OH! 習字

7/22(火) 声で主人公になろう!

7/25(金) 親子で学ぶプログラミング体験

7/25(金) メイクで国際理解

7/26(土) 子どもランチ教室

7/29(火) 竹とんぼと竹ぽっくりを作ろう

7/31(木) ウイナーの飾り切り教室※

8/2(土) 5つの風水害体験

8/7(木) Bousai 博士の挑戦状

8/16(土) 光るハーバリウムランプを作ろう

おはなしひろば

お話ボランティアさんが、絵本を読みます。

●日時・テーマ

7月17日(木) 10時～11時

「かみしばい大会」

8月21日(木) 10時～11時

「あつ〜い 夏も たのしもう」

※絵本の読み聞かせの後、簡単な工作もします。7月、8月は工作の時に、水を使う予定です。念のため、蚊よけとお子さん用の着替え、タオルをご用意ください。

9月18日(木) 10時～11時

テーマ「ちいさい秋 みつけた」

●対象 幼児とその保護者

●参加無料

●申込 開催日の3日前までに妹尾公民館へ申し込みがない場合は、中止になります。



ゆるっと脳トレ

パズルなどをみんなで一緒に解いてきます。

◎日程

7/19、9/20、いずれも土曜日

11/17、1/19、3/16 いずれも月曜日

◎時間 13時30分～15時30分

◎受講料 無料 ◎定員 先着 28人

◎申込 妹尾公民館へ

※一度の申込で全回分の申込となります。

子ども対象の講座 盛りだくさん

8/18(月) 防災ゲーム&防災グッズづくり

※ウイナーの飾り切り教室～飾り切りでジオラマを作ろう～は、大人の参加も可能です。参加ご希望の方は公民館へ。

日時 7月31日(木) 10:00～12:00

定員 大人は5名程度(定員になり次第締め切り)

持参物 エプロン、マスク、飲み物、カメラまたは携帯電話

申込受付は、7月7日(月)から始めます。(小学生の申込受付は7月3日(木)～)