

第32回 山南公民館まつり

1月26日(日) 9:30~15:30

詳細につきましては、別チラシをご覧ください。
皆様のご来館を心よりお待ちしております。
主催：山南公民館まつり実行委員会



あけましておめでとうございます
本年もどうぞよろしくお願いいたします

山南だより

岡山市立山南公民館
〒704-8132
岡山市東区邑久郷 688
TEL/FAX 946-8165

さんなん 防災講座 片づけのプロが考える防災



災害はいつ発生するかわかりません、備えはできていますか？
やみくもに防災グッズを買い込むのではなく、家族に本当に必要な備えを考え、過不足なく備えること、さらにいざという時に取り出しやすく把握しやすい収納の方法を考えてみましょう。

講演後は、講師のみなさんを囲んで、コーヒーを飲みながらの二次会も企画しています(無料)。
11:30~12:00

- ◆日時 2月22日(土) 10時~11時30分
- ◆講師 OKAYAMA お片づけチームmomo 防災部のみなさん
- ◆定員 50名(先着順)
- ◆申込 必要(電話可)

さんなん自習室

試験前の土日に、公民館の部屋を自習用に開放します。
「家にいると、はかどらない」「友達と勉強したい」という方は、公民館で勉強しませんか。



- ◆日時 3月1日(土) 9時30分~20時
2日(日) 9時30分~16時
- ◆対象 中学生(山南学園高等部)、高校生
- ◆申込 不要(ただし、家の人には公民館で勉強することを伝えておいてください。)

★公民館に来たら、事務室に声をかけてください。

子育て座談会 暮らしと防災

~災害時に子ども連れて避難するとき、 何を持ってどのように避難したらよいか？~

災害への不安はあるのに、何から備えていけばいいのかわからない…。子ども連れの避難は、事前準備が大切です。お片づけのプロが考える防災のお話を聞いてみませんか。



- ◆日時 1月21日(火) 10時~12時
- ◆講師 OKAYAMA お片づけチームmomo 防災部のみなさん
- ◆定員 10名(先着順) ※子ども同伴可
- ◆申込 1月16日(木)までに公民館へ(電話可)

野外活動講座

バームクーヘンを作ろう!

竹を使って、焚火を囲みながら、みんなで大きなバームクーヘンを作りましょう♪

- ◆日時 2月15日(土) 10時~13時
- ◆講師 花口 光 さん
(岡山市自然保護活動推進員)
- ◆集合場所 花口農園駐車場
- ◆定員 25名(先着順)
※小学2年生以下は保護者同伴

- ◆参加費 300円(当日集金)
- ◆持ち物 飲み物、帽子、手ふき、軍手
- ◆申込 2月10日(月)までに公民館へ(電話可)



.....【次回の予告】.....

野草はかせになろう!

- ◆日時 3月8日(土) 10時~13時
- ◆講師 花口 光 さん
(岡山市自然保護活動推進員)
- ※詳細は次号に掲載します



1月

山南地区コミュニティカレンダー

山南地区で行われている活動を中心に紹介しています。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---|
| 12月年末は28日(土)から休館となります | | | 1 元日 | 2 | 3 | 4 |
| 5 ㊦東日本大震災・ 原子力災害伝承館を訪れて (~1月21日) | 6 ㊦四ツ谷いきいきサロン ㊦柿原すみれ会 | 7 | 8 ㊦一般健康相談(要予約) ㊦さんさん育児相談(要予約) | 9 | 10 ㊦久々井いきいきサロン ㊦一宮げんきクラブ | 11 |
| 12 | 13 成人の日 | 14 ㊦まつり実行委員会 | 15 ㊦一宮げんきクラブ | 16 ㊦すだちの家パン販売 | 17 ㊦もの忘れ相談会 | 18 |
| 19 公民館大会 | 20 ㊦シニアのための健康相談(要予約) | 21 ㊦子育て座談会 ㊦離乳食講習会(要予約) | 22 ㊦三歳児健診 ㊦一宮げんきクラブ | 23 ㊦1歳6か月児健診 | 24 ㊦久々井いきいきサロン | 25 |
| 26 ㊦公民館まつり | 27 ㊦㊦山南いきいき教室 | 28 ㊦スマホを楽しむ会 ㊦大上なかよし会 | 29 ㊦わんわんいきいきサロン | 30 ㊦スマホを楽しむ会 ㊦1歳6か月児健診 | 31 ㊦三歳児健診 |  |

2月

福祉や教育に関する内容に限らず、地域のさまざまな行事やイベントについても掲載していきます。紙面についてのお問い合わせは山南公民館まで(電話946-8165)。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------|--|---|--|---|--|-----------------|
| | | | | | | 1 ㊦安全安心セミナー |
| 2 | 3 ㊦山口勝也色鉛筆画展【梅】 (~2月15日) ㊦四ツ谷いきいきサロン ㊦柿原すみれ会 | 4 ㊦シアター山南 ㊦スマホを楽しむ会 | 5 ㊦一般健康相談(要予約) ㊦さんさん育児相談(要予約) | 6 ㊦サロン交流会 ㊦スマホを楽しむ会 ㊦すだちの家パン販売 ㊦こころの健康相談(要予約) | 7 ㊦おしゃべりサロン ㊦一宮げんきクラブ | 8 |
| 9 | 10 ㊦㊦山南いきいき教室 | 11 建国記念の日 | 12 | 13 | 14 ㊦犬島げんきクラブ ㊦スマホを楽しむ会 ㊦久々井いきいきサロン ㊦一宮げんきクラブ | 15 ㊦野外活動講座 |
| 16 | 17 ㊦山口勝也色鉛筆画展【桜】 (~3月1日) ㊦シニアのための健康相談(要予約) | 18 ㊦まつり実行委員会 ㊦自然保護活動 (セトウチサンショウウオ 夜の生態観察) ㊦三歳児健診 | 19 ㊦一宮げんきクラブ | 20 | 21 ㊦山南さわやか大学 ㊦三歳児健診 | 22 ㊦さんなん防災講座 |
| 23 天皇 誕生日 | 24 | 25 ㊦大上なかよし会 | 26 ㊦1歳6か月児健診 ㊦わんわんいきいきサロン ㊦一宮げんきクラブ | 27 ㊦1歳6か月児健診 | 28 ㊦久々井いきいきサロン | |

~各種行事の詳細(予約・時間等)については、こちらへお問合せください~

- | | | | |
|---------------|--------------|---------------|--------------|
| ㊦東区保健センター | TEL 943-3210 | ㊦山南公民館 | TEL 946-8165 |
| ㊦東区地域包括支援センター | TEL 944-1866 | ㊦社会福祉協議会東区事務所 | TEL 942-3260 |
| ㊦介護予防センター | TEL 274-5211 | | |

※中止または延期など、変更になる可能性があります。詳しくは各機関までお尋ねください。



シアター山南

◆2月4日(火) 13時30分~16時
『アイネクライネナハトムジーク』
(2019年/日本)
〈出演〉三浦春馬、多部未華子、
矢本悠馬、他

◆定員 20名(先着順)
◆申込 必要(電話可)

※準備・片付けは参加する皆さんと一緒に
行います。準備ができ次第、上映となります
ので、ご協力をお願いします。



スマホを楽しむ会

◆LINEの学び直し 集中講座！
1月28日(火)、2月4日(火)
各回 13時30分~15時

◆スマホの学び直し 集中講座！
1月30日(木)、2月6日(木)、2月14日(金)
各回 13時30分~15時

◆講師 スマホアドバイザー
◆定員 24名(先着順)
◆申込 必要(電話可)



安全安心セミナー(交通安全編)

安全運転講話

「道路を棺桶に、しないでください！！」
岡山東警察署交通課
「駐在さんの事件簿(令和6年を振り返って)」
岡山東警察署神崎駐在所 河合巡查部長
水門駐在所 佐藤巡查部長

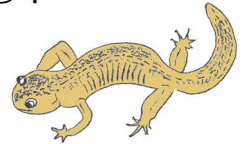
反射神経や敏捷性テストの各種体験

◆日時 2月1日(土) 13時30分~15時30分
◆定員 50名(先着順)
◆申込 必要(電話可)

自然保護活動 セトウチサンショウウオ 夜の生態観察

絶滅危惧種のセトウチサンショウウオを、
地域みんなで守りましょう！

◆日時 2月18日(火)
19時~20時
◆集合 花口農園倉庫
◆講師 花口 光 さん
(岡山市自然保護活動推進員)
◆申込 必要(電話可)



早春の年中行事。春の訪れをいち早く知らせる梅の花。桜・青柳と共に古来より稲作農事暦として人々に親しまれている。

山南ふるさと百人一首
平成26年度に作成した「山南ふるさと百人一首」。意外と知らない山南区の魅力や、百人一首で紹介していきます。



神崎梅まつり
梅まつり 草餅搗きてイベントの
名物となり 「花のSの団」

介護予防教室
山南いきいき教室
共催：市ふれあい介護予防センター
■1月27日(月) 10時~12時
「誤嚥性肺炎予防の新習慣」
「長生きうがい」
※1月は教室参加者を対象に、聴覚スクリーニング(聴力検査)を実施します(定員22名)。難聴になると認知症のリスクが高まります。一度検査を受けてみませんか？
■2月10日(月) 10時~12時
「それなに？」
スキンフレイルのお話」
■対象 おおむね65歳以上の方
■持ち物 筆記用具・上履き・飲み物
■申込 不要

この活動を通して「スポーツは、障害者も健常者も子どもも大人もすべての人が楽しむことができる」ということを学ぶことができました。最後に「夢や目標を立てながら日々の生活を送っていきましょう」というメッセージをいただきました。



山南学園の情報コーナー
11月19日(火)の5時間目、岡山権啓発活動地域ネットワーク協議会主催の「人権スポーツふれあい教室」があり、グロップサンセリテ岡山の松永仁志選手と生馬知季選手が7年生を対象にご講演くださいました。
お二人はパラリンピック陸上競技の選手です。パラリンピックに出場した時の話や、日々の生活、活動について、また、障害を持った方への接し方や声掛けについて話してくださいました。その後、実際に競技用車椅子に乗り、レース体験をさせていただけました。パラリンピック競技者である松永さんと生馬さんの凄さを間近で感じる事ができました。



◆クラブ活動の様子を見学することはいつでもできます。初めての方も大歓迎です。
活動日を変更している場合もありますので、見学希望の方は事前に公民館にお問合せください。

山南さわやか大学

■2月21日(金) 10時~12時
「災害時のお薬事情」

もしもの時のお薬の備えを考えましょう

(株)ケイ・クリエイティブ代表取締役社長・薬剤師

金田 崇文 さん

■対象 おおむね60歳以上の方

■定員 各回60名(先着順)

■申込 必要(電話可)

※来年度の日程については、4月末にチラシで配布予定です。

山南学区 サロン&集いの場 交流会

山南地域のサロンや集いの場で活動している方の交流会です。



◆日時 2月6日(木) 10時~12時

◆定員 20名(先着順)

◆申込 2月3日(月)までに公民館へ(電話可)

きっずくら部 中高生メンバー募集!

小学生対象に行った「夏休みを満喫しよう!」講座を企画した高等部の4名が、引き続きこれからのことを考えて活動しています。

12月15日(日)には、今までの活動内容を「岡山市立公民館大会」で発表しました。

また、メンバーが少ないということで、給食時間を使ってメンバーの募集もしています。

参加希望の中高生の方は、公民館まで連絡をお願いします。これからの「きっずくら部」もご期待ください!

犬島げんきクラブ

■2月14日(金) 11時~14時

「犬島寄席」

「笑って笑って歳初め〜」

「断の会しゅげむ岡山支店」

守安 治雄 さん 他

■場所 犬島コミュニティハウス

※参加には、船代・昼食代・駐車

代(車の方)が必要です。

※犬島の皆さんとの交流昼食会の

後に、講座があります。

おしゃべりサロン

毎月第1金曜日に開催しています(1月は休み)。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

■2月7日(金) 10時~12時

「歌って寒さを吹き飛ばそう」

神宝 純子 さん

■3月7日(金) 10時~12時

「1年を振り返って」

■定員 20名(先着順)

■参加費 100円(飲み物代)

■申込 必要(電話可)

2025年カレンダーのリユースコーナー

ご家庭で使わない2025年(令和7年)新品カレンダーや手帳の有効活用コーナーです。

持ち込み・持ち帰り期間…1月12日(日)まで。

クラブ代表者会

3月3日(月)10時~12時



新年度の代表者は必ずご参加ください。都合がつかない場合は、代理の方の出席をお願いします。

公民館からのお知らせ

●年末年始(休館日)

12月28日(土)~1月4日(土)

閉館時には、資源化物拠点回収所のご利用をお控えください。

●公民館まつりの開催に伴い、業務の一部を休止いたします。

・通常業務の休止

(クラブ、室貸与、図書利用、ロビー利用)

1月25日(土)~26日(日)

・コピー機、印刷機の利用休止

1月20日(月)~26日(日)

●印刷時のお願

原稿を預かってから、後日お渡しになる場合もありますので、ご了承ください。また、原稿には周囲に5mm程度の余白が必要です。

●公民館ロビーで、社会福祉人大樹の会すだちの家の皆さんによるパンの販売があります。

第1木曜日 14時半頃~15時頃

(売切れ次第終了)

※1月は第3木曜日になります。

ロビー展のご案内

東日本大震災原子力災害伝承館を訪れて

1月5日(日)~21日(火)

山口勝也 梅と桜の色鉛筆画展

【梅】2月3日(月)~15日(土)

【桜】2月17日(月)~3月1日(土)

☺ 山南公民館だよりは年6回発行しており、各町内会長のご厚意で山南地区全戸に配布いただいています。いつもご協力をありがとうございます。次号は3月1日発行予定です。