

出石・鹿田・大元地区の皆さん、こんにちは。
大元公民館です。

台風シーズンとなりましたが、災害への備えはできていますか。9月1日は「防災の日」です。備蓄している水や非常食の期限を確認したり、不足しているものを補充したり、ハザードマップで避難先を確認したりして備えましょう。

大元公民館では、11月18日、19日に文化祭を開催する予定です。作品展示、実技発表、お茶席、喫茶コーナーなどを2日間で行うのは4年ぶりになります。日ごろの学習の成果を多くの方にご覧いただけるよう準備を進めていますので、どうぞお楽しみに。(職員一同)

地域応援人づくり講座/岡山市北区情報発信ワークショップ

#ハッシュタグでつながる Instagram (全2回)

写真や動画の発信ツールとして多くの人に活用されている Instagram。興味はあるけれどうまく使いこなせない…そんなあなたにインスタフォロワー数 1.1 万人、岡山のグルメ情報を発信しながら「岡山市北区まちづくりアンバサダー」としても活躍中のはなさんが楽しくわかりやすく使い方を教えてください。

1	9月16日(土) 10:00~12:00	初級編 「やってみよう Instagram」
2	9月30日(土) 10:00~12:00	中級編 「ショート動画を撮ってみよう」

- 講師** はなさん(岡山市北区まちづくりアンバサダー)
対象 SNSに興味がある人、Instagramで情報発信したい人、まわりとつながりたい人
定員 20名程度(申込順) **受講料** 無料
持ち物 スマートフォン
 ※CapCut、Canvaアプリ(無料)を使用します。
 可能な方は事前にインストールして来てください。



主催:市民協働企画総務課/北区役所総務・地域振興課/大元公民館

ノルディック・ウォークを楽しもう (全6回)

2本のポールを使って全身運動ができるウォーキングです。膝や腰への負担が軽く、足腰に自信がなくても気軽に取り組みます。詳しい行先等はチラシをご覧ください。

日時 10月23日、11月27日、12月25日、1月22日、2月26日、3月25日 いずれも月曜日 10:00~12:00

- 講師** 岡山県ノルディック・ウォーク連盟会員
集合 大元公民館(5回目、6回目は現地集合)
定員 20名(申込順)
費用 350円(保険代6回分)※初回で集金、原則返金できません
 ポールレンタル料1回300円(希望者のみ)
持ち物 動きやすい服装、履きなれた靴、帽子、飲み物、タオル、ノルディックポール(あれば)
申込 9月1日(金)9:30以降に公民館へ



文化祭のお知らせ

第45回大元公民館文化祭

11月18日(土)9:50~17:00

11月19日(日)10:00~15:30

作品展示、実技発表、お茶席、喫茶コーナー、体験コーナーなどを予定しています。詳しくは次号のISO通信でお知らせします。

使わなくなったステンレスボトルを回収しています

岡山市は企業と環境分野における連携協定を締結し、不要になった使用済ステンレス製ボトルの回収と再資源化に取り組めます。ステンレス製ボトル専用回収箱は、公民館内のロビーに設置しています。回収箱に入れるときは、以下のルールを守ってください。

- ・プラスチックやアルミのボトルは回収できません。
- ・ボトルのポーチは回収できません。
- ・ボトルはよく洗って水気を切ってください。
- ・ボトルのふたはつけたまま入れてください。



令和5年度版「子育てミニ情報」ができました

「子育てミニ情報」には、主に乳幼児期から学童期の子育てに役立つ様々な地域の情報がまとめてあります。片面は岡山市全体、もう片面には桑田中学校区の情報が載っています。公民館ロビーに設置していますので、ぜひご利用ください。

主催講座

大元公民館主催の学習講座です。窓口・電話・メールでお申込みください。定員になり次第締め切ります。詳しい内容や準備物等については、申込み時にお尋ねください。HP には各講座のちらしも掲載しています。右の二次元コードをご活用ください。



※ b ふらっと3 SUN (さんさん)

日程 10月、11月、2月の第1火曜日 10時～12時
対象 未就園児とその保護者
費用 無料(申込不要)
内容 親子でふらっと訪れて安心して過ごせる場です。手作りおもちゃやいろいろな遊びを通して子どもの興味・関心を見つけましょう。



※ 介護予防教室「桑田ふれあい元気教室」

日程 第1木曜日 13時30分～15時30分
 ※11月、1月は第2木曜日
費用 無料(申込不要)
内容 健康づくりのための軽い運動や講話
問合せ 岡山市ふれあい介護予防センター
 北事務所 TEL086-251-6517



※ 子育てひろば「つながりんく」

日程 第3火曜日 10時～12時
対象 未就学児とその保護者
費用 無料(申込不要)
内容 親子遊びや親同士の会話を楽しむ場。岡山で頼れる人が少ない方や子育ての息抜きがしたい方におススメ。

※ 不登校の子どもと家族の悩みを分かち合う会

「poco a poco☆ポコアポコ」
日程 第3月曜日 10時～12時
 ※9月は第2月曜日
定員 10人(各回予約制)
内容 子どもの不登校、行き渋りに悩む保護者の方を対象に、日頃の思いを語り合う会です。

※ 支援を必要とする親の会「なかよしの会」

日程 第1月曜日 ※1月休み 10時～12時
定員 10人(各回予約制)
内容 子どもの発達支援に関する情報交換や悩み相談をする座談会。

※ 楽しいパソコン相談室

日程 第2・3・4月曜日 13時30分～15時30分
指導 IT ボランティア 「ふればそくらぶ」
費用 無料(申込不要)
内容 PC やスマホの基本的な使い方相談会。PC 持参が望ましい。

※ 歌って脳トレ倶楽部

日程 10/17(火)10時30分～12時
定員 30人(申込順)
講師 河原多希さん、守屋優子さん (一般財団法人全国ゆうゆう塾® 協会認定講師)
内容 童謡唱歌や懐かしの歌謡曲をみんなで楽しく歌います。

岡山市のホームページからも防災情報を確認できます！

WEB版
ハザードマップ



避難場所開設状況・各種防災情報

警報発令・避難情報発令時の公民館業務について

暴風・大雪・特別警報が発表された場合、または桑田中学校区に警戒レベル3「高齢者等避難」以上の避難情報が発令され公民館に避難所が開設される場合は、公民館通常業務(主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出等)をすべて停止します。原則として、公民館を利用中のみなさまには速やかに館を出ていただくようになります。その他の警報の場合は通常業務を継続しますが、状況によっては通常業務を見合わせる場合があります。

避難所について

市が開設する指定避難所は、警戒レベル3、警戒レベル4が出された地域にある市立小中学校、公民館を原則同時に開設します。公民館は収容人数に限られるため、体の不自由な方など非難に配慮が必要な方を優先してください。避難所へ行くのが危険な場合は、自宅の2階等少しでも安全な場所に避難してください。

警戒レベル	避難情報等
5	緊急安全確保 すでに安全な非難が困難
4	避難指示 全員避難
3	高齢者等避難 非難に時間がかかる人は避難
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁発表)
1	早期注意情報 (気象庁発表)

