

# 津高公民館だより

第193号 発行日: 令和6年11月  
 発行: 岡山市立津高公民館  
 〒701-1144 岡山市北区栢谷 1677  
 Tel・Fax 086-294-4222  
 tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp  
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html>

## 11・12月主催講座案内



### 令和6年度「津高防災キャンプ」

#### 『親子で♪体験♪学ぼうさい』

地元の中学生や大学生のお兄ちゃんお姉ちゃんたちや、地域の皆さんと楽しく「防災」について学ぼう！

【日 時】12月14日(土) 9:00～13:00

【内 容】★もくもくハウスで危機一髪

★水消火器で射的ゲーム

★心肺蘇生法

★大地震の揺れを体験しよう！

(地震体験車)

★防災グッズ作り

★アルファ米非常食体験 など

【対 象】小学生以下の親子30組程度

【参加費】無料

【持ち物】屋内シューズ、タオル、飲み物

【申 込】事前の申し込みが必要です。

11月2日(土) 9:30～先着順

下記の二次元コードまたは津高公民館窓口、電話で受付します。



### 「津高防災キャンプ」

#### 地域スタッフ募集！！

「津高防災キャンプ」は、参加者が自ら主体的に体験していく参加型のプログラムです。地域のスタッフは、それぞれ各ブースに分かれて、参加者の活動をサポートする役割です。津高地区にお住まいの皆さん、研修会、防災キャンプで学んだことは必ず地域の未来に役立つはず。積極的な参加をお待ちしています。

12月7日(土)

#### 「防災スタッフ研修会」

13:00～ オリエンテーション

14:00～ 体験・実習

16:00頃 解散

持ち物：屋内シューズ・筆記用具・飲み物



12月14日(土) **雨天決行**

#### 「津高防災キャンプ」

8:30 集合

9:00～13:00 津高防災キャンプ

13:30～ 片づけ

持ち物：飲み物・屋内シューズ

スタッフは両日の参加をお願いします。

会場は津高公民館です。動きやすい服装で参加してください。



令和5年度の様子



令和6年度津高文化祭の詳細を4面に記載していますので、ご覧ください。皆さんのご来館をお待ちしております。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222  
 <開館時間>9時30分～21時(日曜日は～17時) <休館日>水曜・祝日(水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も)

## トモスカイ津高

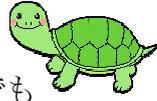
発達障がいについての知識や理解を深める会です。

【日 時】11月12日(火)、12月10日(火)  
10:00～12:00

【内 容】座談会

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】不要 【定 員】各回10名程度



## ゆるりふらっと介護カフェ

介護予防、認知症予防、認知症の理解などをテーマにお互いに話をしたり、専門職に相談したりできます。楽しいイベントや軽い体操もおこないます。

【日 時】11月21日(木) 14:00～16:00

【内 容】あんしん介護保険ミニ講座②  
～在宅介護や施設にかかる費用編～

【日 時】12月21日(土) 14:00～16:00

【内 容】年忘れ 歌って笑って 音楽会♪

【対 象】どなたでも 【定 員】各回20名程度

【参加費】100円(ドリンク付)

【申 込】必要

## 津高シネマ



【日 時】11月26日(火) 13:30～15:40

【内 容】「ヴェニス商人」157分

ヴェニス商人アントーニオは、親友バッサーニオからベルモントへの旅費の工面を頼まれる。バッサーニオはそこで資産家の令嬢ポーシャに求婚しようというのだ。全財産が航海中の船上にあったアントーニオは、ユダヤ人の高利貸しシャイロックから金を借りる。しかし支払期限までに船は到着せず、シャイロックは、抵当となっていたアントーニオの肉1ポンドを要求する。

【受講料】無料 【対 象】どなたでも

【申 込】不要 【定 員】20名程度

【備 考】飲み物は各自でご用意ください。

## 令和7年度クラブ講座開設申請受付中!

提出期限:11月30日(土)

公民館の「クラブ講座」は、参加者が自主的に企画・運営しながら個人の趣味・教養を高め、地域文化の振興をめざして活動するものです。来年4月より、現在のクラブを継続、あるいは来年4月より新設したいというクラブは、申請書等を受付期間内に提出してください。申請書は公民館事務室にあります。クラブ講座開設についてのお問い合わせは津高公民館にお願いいたします。

## 津高ふれあい元気教室

【日 時】11月19日(火) 14:00～16:00

【内 容】「股関節が要!  
自分の足で歩き続けるために」

【日 時】12月17日(火) 14:00～16:00

【内 容】「これでバッチリ!  
ストレス・不眠を和らげる食事」

【受講料】無料

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】30名程度

【持ち物】筆記用具、上履き、タオル、飲み物

【申 込】不要



共催:横井わんぱくクラブ、北区北保健センター

協力:香和中学校区愛育委員会

## 子育て講座 <クリスマスリース作り>

ドライの木の実をつかって、おしゃれなクリスマスリースをつくりませんか。玄関やリビングに飾って、クリスマスムードを盛り上げよう♪

【日 時】11月26日(火) 10:20～11:20

【講 師】佐藤 真理さん

【対 象】未就園児とその保護者

【定 員】親子15組程度

【材料代】1,300円

【持ち物】はさみ、持ち帰り用の袋

【申 込】11月1日(金)9:30～津高公民館窓口  
で材料代を添えてお申し込みください。

※津高学区愛育委員会の協力で、お子様の託児を行います。



## 天体観望会 in 津高

第4回は太陽系最大の惑星、木星と西に沈む土星、そして宵の明星として輝く金星を見てみましょう。

また、秋の夜空はアンドロメダ姫とペルセウスの物語に出てくる星座がたくさん見えます。天気が良ければ、それらの星座を案内していきたいと思えます。

【日 時】11月30日(土) 18:00～19:30

【対 象】小学生以上先着30名

【開催場所】津高公民館隣の駐車場

【申 込】津高公民館窓口または電話にて

※夜は冷えますので、温度調節できる服装でお越しください。



## 津高生きもの調査隊

～フィールドサインを探してみよう～

岡山少年自然の家フィールドを散策します。  
生きもののフィールドサインを探してみよう！

【日 時】12月8日(日) 9:30～11:30 (雨天中止)

【講 師】岡山県自然保護推進員 山田 勝さん

【受講料】1人24円 (傷害保険代)

【対 象】小学生以上 (小学生保護者同伴)

【定 員】先着20名

【集合場所】日応寺自然の森スポーツ広場駐車場

【申 込】津高公民館窓口で参加費を添えて  
お申し込みください。

【服 装】長袖・長ズボン、手ぶくろ、  
履きなれた靴、帽子、タオル

【持ち物】お茶、双眼鏡があると便利です

共催:岡山市公園協会緑化課

## リースバスケットでクリスマス寄せ植え

植物の取り扱い方法を学びながら、輪っかの容器  
に植物を植えて、クリスマスからお正月、春まで楽  
しめるワンランク上の寄せ植えを作ります。

【日 時】12月10日(火) 13:30～15:00

【対 象】どなたでも

【定 員】15名 (先着順)

【材料代】1,700円 (当日集金)

【持ち物】ビニール手袋、持ち帰り用袋

【申 込】津高公民館窓口又は電話にて。

※キャンセルの場合は、11月30日(土)までにご連絡  
ください。12月1日(日)以降のキャンセルは材料代  
をお支払いいただきます。



津高公民館に新しいクラブが出来ました！ 講座生募集中!!

### ★ 3B体操親子 ★

【日 時】毎月第1・3月曜日 10:00～11:00

【講 師】齋藤 美代子さん

【対 象】2歳から就園前のこども

【費 用】親子で750円/回 (道具代実費)

【持ち物】飲み物、タオル、動きやすい服装

### ★ ハッピークッキング ★

【日 時】毎月第4土曜日 9:30～12:30

【講 師】道正 千秋さん

【対 象】どなたでも (大人対象)

【費 用】500円/回 (材料代実費)

【持ち物】エプロン、マスク、三角巾、布巾、タッパー



お菓子やパン  
を中心に、  
色々な料理を  
作ります。

## 津高蒼樹会 館外研修報告

令和6年10月1日(火)に兵庫県に行ってきました。

### ◆兵庫県立フラワーセンター

自然の松林に囲まれた園内は中央に満々と水をた  
たえた亀ノ倉池、南国ムードあふれる大温室や大小  
様々な花壇や樹木園で構成されています。池には、  
野鳥が遊び、大温室では、熱帯、亜熱帯地方の清楚な  
花や大輪の花が咲き乱れていました。ウッドランドで  
はそれぞれ旬の花が楽しめます。



次回の津高蒼樹会は

11月5日(火)午前10～12時 歴史トーク「本能寺の変と岡山の戦国時代」

12月3日(火)午前10～12時 令和バンドG&B(ジジ&パバ)

おおむね60歳以上の方ならどなたでも参加できます。(当日の参加も可)



### ◆丹波篠山城址/酒蔵(城下町散策)

昔ながらの町並みが残り、歴史情緒溢れる篠山城下町を  
のんびり探索してきました。篠山城跡大書院や武家屋敷など  
の歴史資料館をめぐれば、日本の歴史や古き良き文化が体  
感できます。酒蔵見学では、実際の酒造りに使っていた古い  
道具や清酒の製造工程のパネル展示、洗米場や釜場、麹室な  
ど…当時の酒造りの現場を見学する  
ことができました。



令和6年度

# 津高文化祭

11月16日(土)、17日(日) 10:00~16:00

あたご梨  
詰め放題

「文字あつめ」  
お楽しみ抽選会

イベント  
開催

動物連想ゲーム

よみみちピアノ

指導対局・AI将棋

## 実演発表プログラム

### 11月16日(土)

- 9:30~9:50 開会式
- 10:00~10:30 3B 体操ジュニア
- 10:30~11:00 手話
- 11:00~11:30 津高吟詩会
- 11:30~12:00 フレッシュ・マスカット・オカリナ
- 12:00~12:30 詩吟岡山岳風会半田山
- 12:30~13:00 半田山子ども銭太鼓
- < 休憩 >
- 14:00~14:30 お箏クラブ
- 14:30~15:00 津高民踊クラブ
- 15:00~15:30 ハワイアンフラ

### 11月17日(日)

- 10:00~10:30 合気道Ⅰ・Ⅱ
- 10:30~11:00 箏曲むつみ会
- 11:00~11:30 津高マスカットコーラス
- 11:30~12:00 みんなで歌おう会
- 12:00~12:30 花架拳&練功十八法
- < 休憩 >
- 13:30~15:30 健康香和~健康チェック~

## 即売・フリーマーケット

### 【中庭】

- ・陶芸クラブ (巳年の作品、置物など)
- ・布花 (布花、リース)
- ・草木染め (スカーフ、ストール、小物など)
- ・津高生活交流センター  
(花苗、野菜、クッキー、手芸品等)
- ・表装 (あたご梨)
- ・楽々ファーム (各種野菜、もち米、野菜苗など)  
※楽々ファームは11/16午前のみの販売。
- ★編物、遊創会 (小物) 展示横で販売

【駐車場】草花会 (生花よせ植、花木苗など)

※商品が売り切れ次第終了いたします

## 展示発表クラブ

### 1階

- 【ロビー】
- ・表装
- ・こども絵画
- ・ノルディック・ウオーク
- ・津高写真クラブ
- ・遊創会
- ・個人展示
- 【階段壁面・踊り場(パネル展)】
- ・中国語Ⅰ、やさしい中国語
- ・世界史の会
- ・韓国語会話
- ・やさしい英会話
- ・茶道裏千家
- ・ますかつと文庫
- ・中高年から始めるらくらくピアノ
- ・ストレッチ健康体操ウエーブ
- ・心身健康ヨガ
- ・初心者ヨガ
- ・やさしい坐禅クラブ
- ・気功
- ・日本文学

### 2階

- 【第1・2講座室】
- ・初めての絵手紙
- ・ダネラクラブ津高
- ・木彫りクラブ
- ・津高文芸クラブ
- ・楽しい絵手紙入門
- ・春燈岡山句会
- ・陶芸クラブ
- ・和紙ちぎり絵
- ・パンフラワー
- ・編物
- 【美術工芸室】
- ・布遊び
- ・草木染め
- ・水墨画
- ・布花
- ・生け花教室
- 【廊下】
- ・津高絵画教室
- 【玄関前】
- ・草花会

## 飲食販売(食数限定)

### 16日(土)

- 【1階ロビー】
- ・コーヒーとお菓子(150食)
- ・助六寿司(50食)
- ・海老おこわ飯(50食)
- ・ブリの粕汁(100食)

### 【駐車場】

- ・ハーブティー(100食)

### 17日(日)

#### 【1階ロビー】

- ・コーヒーとお菓子(150食)
- ・キーマカレー(50食)
- ・甘酒(100食)

#### 【駐車場】

- ・ハーブティー(100食)

#### 【2階テラス】

- ・お抹茶と和菓子(50食)

## 健康香和イベント~健康チェック~

【1階実技室】11月17日(日)13:30~15:30(受付終了15:15)

大事な体、冬に備えてチェックしましょう!

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222

<開館時間>9時30分~21時(日曜日は~17時)<休館日>水曜・祝日(水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日)