

施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、12ページを参照ください。

岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区駅元町15-1

☎086-898-3000 FAX086-898-3003

開館時間 10時～18時

休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

企画展

「北政所ねね様没後400年 豊臣家の誇り
・備中足守藩 木下家資料」

豊臣秀吉の正室、北政所ねねゆかりの品々や歴代足守藩主の遺愛品などを展示します。

期間 9月6日(金)～10月14日(祝)

¥一般310円、高校生・大学生210円

<関連イベント>

講演会「旧木下権之助屋敷表門の修理と
武家屋敷地の変遷」

日 9月28日(土)14時～15時30分

定 先着80人

申☎で9月10日10時以降に

上映会「映像で訪ねる陣屋町足守と豊臣の
栄華」

日 10月4日(金)14時～15時30分

定 先着80人

申☎で9月18日10時以降に

学芸員によるギャラリートーク

日 10月5日・12日の各土曜11時～

¥ 観覧券のみ

特別展

「一度は見たい 国宝・名宝!?展～

高精細複製品で実現 キセキの名品選～」

日本美術の傑作の数々が、高精細複製品で岡山に集結します。

期間 9月13日(金)～10月20日(日)

¥一般1,000円、高校・大学・専門学校生
800円、中学生以下無料

<関連イベント>

オープニングゲストトーク「緞プロジェクトのすべて」

日 9月14日(土)11時～12時

¥ 観覧券のみ

自分だけの松林図屏風をつくってみよう!

日/定 9月23日(休)①11時～12時

／小中学生30人（保護者同伴可）

②14時～15時／30人

¥ 観覧券のみ

申☎で9月23日10時以降に

学芸員によるギャラリートーク

日 会期中毎週日曜14時～（30分程度）

¥ 観覧券のみ

箔を使って風神雷神のハガキを作ろう!

日 会期中毎週日曜10時～15時

¥500円

特別ゲストギャラリートーク「日本の文化財と国立アジア美術館」

日 10月5日(土)①14時～②16時～（各回1時間）

講 フランク・フェルテンズさん（スミソニアン国立アジア美術館）

¥ 観覧券のみ

オリエント美術館

〒700-0814 北区天神町9-31

☎086-232-3636 FAX086-232-5342

orient@city.okayama.lg.jp

開館時間 9時～17時

休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

※9/2(月)～9/13(金)は展示替えのため休館

特別展

「ガラスの創造力-色彩と煌めきの4000年-」

期間 9月14日(土)～11月24日(日)（9月14日(土)のみ正午から開館）

特別展入館料 一般1,500円、高校・大学生800円、中学生以下無料

<関連イベント>

美術館講座

「ガラスの創造力-色彩と煌めきの4000年-」

日 9月29日(日)13時30分～15時30分

定 50人

申 必要

ワークショップ

日 9月21日・28日、10月5日の各土曜13時30分～15時30分

「リユースペーパーでブックカバーをつくらう」など

¥ 特別展入館料のみ

「特別展オリジナル缶ミラーをつくらう」など

¥ 特別展入館料+材料代100円～500円（材料代は内容により変動）

学芸員によるギャラリートーク

日 9月28日(土)14時～15時

¥ 特別展入館料のみ

岡山城天守

〒700-0823 北区丸の内二丁目3-1

☎086-225-2096

営業時間 9時～17時30分

第8回企画コーナー展示 武将たちの愛刀

期間 10月30日(水)まで

場 2階展示室

¥ 一般（15歳以上）400円、小中学生100円



太刀[表]駿州嶋田住人助宗造
[裏]武虎所持（個人蔵）

環境学習センター「めだかの学校」

〒709-3142 北区建部町建部上609

☎086-722-1231 FAX086-722-3100

開館時間 9時～17時

休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）

田地子川の水生昆虫観察

日 9月22日(祝)9時30分～12時

対 小学生と保護者

定 先着30人

申☎で8月22日～9月19日の間に

灘崎文化センター

〒709-1215 南区片岡186

☎086-362-1600 FAX086-362-1609

開館時間 9時～17時

休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）

手づくりミュージカル「ドラネコ座」による「虹の劇場」公演

コロナ禍で廃業の危機にある街の劇場を取り巻く人間模様を描くミュージカル。

日 9月14日(土)14時～15時30分

定 500人



岡山芸術創造劇場 ハレノワ

〒700-0822 北区表町三丁目11-50

☎086-201-8000 FAX086-201-8004

開館時間 9時～20時

（催事により22時）



M&Oplaysプロデュース「峠の我が家」チケット発売!

岡岡山芸術創造劇場ボックスオフィス

☎086-201-2200（10時～18時）

日 12月8日(日)14時開演 対 小学生以上

¥【全席指定】一般8,000円、24歳以下5,500円

出演 仲野太賀、二階堂ふみ、柄本時生、池津祥子、新名基浩、岩松了、豊原功補 作・演出 岩松了

チケット発売 一般発売 9月14日(土)10時～



「日本舞踊であそぼう!」参加者募集

親子で楽しむ日本舞踊体験。

岡岡山芸術創造劇場 ☎086-201-8014

日 9月14日(土)10時～11時30分

対 9歳～12歳の子供と保護者

¥500円 講 花柳大日翠さん 演奏 清元栄吉

申☎で8月31日17時までに

「カラダは天才!だれでもダンサー!!」

参加者募集

岡岡山芸術創造劇場 ☎086-201-8014

日 9月16日(祝)10時～11時30分

対 5歳～15歳の子供

¥500円 講 北村成美さん

申☎で8月31日17時までに

岡山シンフォニーホール

〒700-0822 北区表町一丁目5-1

☎086-234-2001 ㊟086-234-1968

開館時間 9時～17時(催事により22時)

休館日 第2・4火曜(祝日の場合は翌平日)

I am a SOLOIST～あなたも岡フィルと共に演じませんか～

㊟9月16日(祝)15時開演

¥【全席指定】1,500円(1・2階席のみ)

出演 横山奏(指揮)、岡山フィルハーモニック管弦楽団(管弦楽)

共演 事前に一般オーディションで選出された10人

岡山フィルハーモニック管弦楽団

第82回定期演奏会

㊟10月20日(日)14時開演

¥S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、B席ユース1,000円

出演 秋山和慶(指揮)、中桐望(ソリスト・ピアノ)

曲目 チャイコフスキー/歌劇「エフゲニー・オネーギン」より「ポロネーズ」、ピアノ協奏曲第1番、交響曲第5番

The MOST in JAPAN 2024 岡山公演

㊟10月25日(金)19時開演

¥S席3,000円、A席2,000円、A席ユース500円

出演 The MOST

共演 事前にオーディションで選出された2人
曲目 エルガー/弦楽セレナーデ、チャイコフスキー/フィレンツェの思い出ほか

犬島自然の家

〒704-8153 東区犬島119-1

☎086-947-9001 ㊟086-947-9303

㊟inujima@city.okayama.lg.jp

開館時間 8時30分～17時

休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)

犬島親子キャンプ

㊟10月12日(土)～13日(日)(1泊2日)

対 小学生以上(未成年者は保護者同伴)

定 40人

¥1人2,500円+1家族ごとにサイト代1,000円とテント代1,500円(夕朝食代込)

開 初日のみ昼食

申 参加者氏名(ふりがな)、学校名・学年、郵便番号・住所、電話(携帯)番号、イベント名を㊟で。または申込書(HPからダウンロード可)を㊟・㊟で9月12日までに

秋の釣り大会

㊟11月2日(土)～3日(日)(1泊2日)

対 小学4年生以上(未成年者は保護者同伴)

定 30人

¥大人3,000円、小人2,200円(夕朝食代込)

開 釣具、餌、初日のみ昼食

申 参加者氏名(ふりがな)、学校名・学年、郵便番号・住所、電話(携帯)番号、イベント名を㊟、または申込書(HPからダウンロード可)を㊟・㊟で10月2日までに

足守プラザ

〒701-1463 北区足守979

☎086-295-0001 ㊟086-295-2722

開館時間 9時～16時30分

休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)

陶芸教室 うさぎと栗のお皿を作ろう

㊟9月中の開館日①9時30分～②12時30分～(制作時間90分まで)

定 各回先着8人

¥1,570円(2枚1組・組み合わせは自由)

申 ㊟で事前に

他 大きさは約18cm×15cm、作品のお渡しは約2カ月後

木工教室 一輪挿しを作ろう

㊟9月28日(土)①10時～②12時30分～③14時30分～(制作時間90分まで)

定 各回先着10人

¥1,040円 申 ㊟で9月23日までに

他 作品は当日持ち帰り

男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

〒700-0822 北区表町三丁目14-1-201

☎086-803-3355 ㊟086-803-3344

㊟sankaku@city.okayama.lg.jp

電話対応時間 9時30分～20時(日曜、祝日は17時まで)

休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)

さんかく☆シアター

「だれもが愛しいチャンピオン」

㊟9月19日(木)・20日(金)の各日①10時30分～12時30分②13時30分～15時30分

定 各回先着50人

申 事前に㊟で

さんかくカレッジ専門コース前期講座(第4・5回)

㊟①9月14日・②9月28日の各土曜13時30分～15時10分

㊟①これから起きる災害:南海トラフ大地震のことを“知ろう”②災害から自分と家族の命を守るために何ができるのか?“避難”について学ぶ

定 30人

申 事前に住所、氏名、電話番号、メールアドレス、年代などを㊟・㊟で

旧旭東幼稚園園舎(八角園舎)

〒700-0843 北区二日市町56

☎㊟086-226-2434

開館時間 9時30分～16時30分

休館日 月曜(祝日の場合は翌日も)、第2日曜、祝日

つんちゃん劇場(幼児向け)

㊟10月3日(木)10時30分～11時10分

定 親子先着25組

申 ㊟・㊟で9月21日以降に

埋蔵文化財センター

〒703-8284 中区網浜834-1

☎086-270-5066

開館時間 9時～16時30分

休館日 日曜、祝日

埋蔵文化財講座

㊟9月21日(土)13時30分～15時

㊟古墳時代のデザイン・モチーフ

定 先着40人

申 ㊟で9月9日以降に

日応寺自然の森スポーツ広場

〒701-1131 北区日応寺200

☎086-294-4670 ㊟086-294-7153

開園時間 9時～17時

休園日 月曜(祝日の場合は翌平日)

マスカット杯テニス大会(ミックスダブルス)

㊟10月6日(日)9時～17時(雨天の場合は10月13日(日)に延期)

対 成人の男女(Cクラスおよび初級者)

定 先着32組

¥1組5,000円(保険代含む)

持 硬式テニスラケット、テニスシューズまたはスポーツシューズ、スポーツウェアなど

申 ペアそれぞれの住所、氏名、年齢、電話番号、チーム名を㊟・㊟・㊟で9月16日までに

少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4

☎086-294-3461 ㊟086-294-1465

開館時間 8時30分～17時

休館日 月曜、祝日

子ども自然体験教室I

㊟10月19日(土)14時～20日(日)14時30分(1泊2日)

㊟キノコ観察、自然散策、遊びリンピックなど

対 市内在住の小学4～6年生

定 60人(応募多数の場合は抽選)

¥3,401円(保険代含む)

申 講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、学校名、学年、電話番号、保護者氏名(押印)を㊟で9月20日までに(連名不可)



行事の開催・中止は図書館HPに掲載します。

問い合わせは各図書館へ

※祝日が休館日に当たる場合、その翌日も休み(ただし中央図書館を除く)

〒700-0843 北区二日市町56

☎086-223-3373 ㊟086-223-0093

開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)

休館日 月曜(祝日・振替休日は除く)

Sレコードの展示

㊟9月5日(木)～29日(日)

歴史講座「昭和20年代の博物館設立活動」

㊟9月8日(日)14時～16時

定 先着60人

かみしばいのじかん

㊟9月8日(日)15時～15時15分

絵本読み聞かせ体験

㊟9月11日(水)10時30分～11時

対 1歳くらいまでの子どもと保護者

えほんのじかん

㊟9月25日(水)15時～15時30分

おやおたのしみ会

㊟9月27日(金)10時30分～11時

対 1～3歳くらいまでの子どもと保護者

定 15組

申 ㊟・㊟で9月10日以降に

ライオン 〒700-0843 北区二日市町 56
 ☎086-223-0097 ☎086-223-0093
 開館時間 10時～18時 (木曜は11時～19時)
 休館日 月曜、第2日曜、祝日

動画撮影編集教室

☎ 9月7日・14日の各土曜10時30分～16時30分

定16人程度

撮自分で撮影した動画 (5分間程度)

申窓☎・☎で

他講習内容は、2日間継続したもの

企画映画会 1

「深夜食堂」の19話から21話

☎ 9月10日(火)10時30分～11時45分

定90人程度

企画映画会 2 「そして父になる」

☎ 9月10日(火)14時～16時01分

定90人程度

名作映画会 「アルジャーノンに花束を」

☎ 9月29日(日)14時～15時35分

定90人程度

建部町 〒709-3111 北区建部町福渡487-1
 ☎086-722-4555 ☎086-722-4550
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会

☎ 9月28日(土)11時～11時20分

御津 〒709-2121 北区御津宇垣1629
 ☎086-724-1712
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・第2日曜、祝日

おはなし会

☎ 9月14日・28日の各土曜14時～14時30分

幸町 〒700-0903 北区幸町 10-16
 ☎086-234-5188 ☎086-234-5189
 開館時間 10時～20時 (土・日曜は10時～18時)
 休館日 月・第2日曜、祝日

内装工事及び館内整理に伴う休館

期間 9月20日(金)～10月15日(火) (予定)

おやおたのしみ会

☎ 9月13日(金)10時30分～11時

対 1～3歳くらいまでの子どもと保護者

定15組程度

おはなしの会 「ならなしとり」 ほか

☎ 9月15日(日)15時～15時30分

伊島 〒700-0016 北区伊島町二丁目 9-38
 ☎086-253-0822
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・水・第2日曜、祝日

おたのしみ会

☎ 9月15日(日)11時～11時30分

申窓☎・☎で

浦安 〒702-8024 南区浦安南町493-2
 ☎/☎086-265-6141
 開館時間 10時～18時
 休館日 月・第2日曜、祝日

えほんのじかん

☎ 9月11日・18日・25日の各水曜14時～14時30分

かみしばいのじかん

☎ 9月15日(日)11時～11時30分



Park 公園協会からのご案内



A 浦安総合公園西地区

〒702-8025 南区浦安西町148-1
 ☎086-261-8588 ☎086-262-9589

開園時間 9時～17時

B 岡山市半田山植物園

〒700-0004 北区法界院3-1
 ☎086-252-4183 ☎086-252-2208

開園時間 9時～16時30分

休園日 火曜 (祝日の場合は翌平日)

C 操山公園里山センター

〒703-8234 中区沢田649-2
 ☎086-270-3308 ☎086-270-8353
 sasatoyama@okayama-park.or.jp

開館時間 8時30分～17時

休館日 火曜 (祝日の場合は翌平日)

D 西大寺緑花公園・百花プラザ

〒704-8117 東区西大寺南一丁目 2-3
 ☎086-944-8716 ☎086-944-8715
 info-hyakka@okayama-park.or.jp

開館時間 9時～21時

休館日 月曜 (祝日の場合は翌平日)

事前申し込みが必要な場合の手続き (全て先着順) および注意事項など

A イベント名、氏名、電話番号を、☎で9月4日以降に

B イベント名に★印があるものは入園料が必要です。

D 窓☎または☎で9月3日以降に。※受け付けは18時まで

イベント名		内容
A 浦安	庭木の手入れ	☎ 10月7日(月)13時30分～15時 定先着15人 ¥200円 申☎で9月4日以降に
B 半田山	★四季と自然を楽しむ会	☎ 9月12日(木)9時30分～11時30分 ¥入園料のみ
	★秋に咲く野草観察	☎ 9月27日(金)13時30分～15時 定先着15人 ¥入園料のみ 申☎で9月4日以降に
D 百花プラザ	子ども自然教室 公園内の虫さがし	☎ 9月21日(土)10時～11時30分 定親子先着10組 ¥無料 申☎で9月3日以降に



A 庭木の手入れ



B 四季と自然を楽しむ会



D 子ども自然教室
公園内の虫さがし

◇お知らせ

C 操山公園里山センター 休館のお知らせ

9月1日～11月30日 (予定) は建物工事のため全館休館します。

※百間川緑地管理事務所は営業しています。

瀬崎 〒709-1215 南区片岡186
 ☎086-362-5277
 開館時間 9時～17時
 休館日 月・第2日曜、祝日

おはなしのへや

☎ 9月18日(水)14時30分～14時50分

おはなしのへや

☎ 10月2日(水)14時30分～14時50分

瀬戸町 〒709-0856 東区瀬戸町下188-2
 ☎/☎086-952-4531
 開館時間 10時～18時
 休館日 月曜、第2日曜、祝日

おはなし会

☎ 9月14日・21日・28日の各土曜11時～11時30分

緑の図書室 〒704-8117 東区西大寺南一丁目 2-3
 ☎/☎086-943-2298
 開館時間 10時～18時
 休館日 月曜、祝日

こどものじかん

☎ 9月14日(土)15時～15時30分

えほんのじかん

☎ 9月25日(水)15時～15時30分

こどものじかん

☎ 9月28日(土)15時～15時30分



Public Hall 公民館

申し込みが必要な講座などは、[窓口](#)・[☎](#)・[📧](#)で各公民館へ

開館時間：9時30分～21時（日曜は17時まで）

休館日：水曜、祝日

場所	講座名	内容
北公民館 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/📠086-254-4633	きた♪北ミュージック 気まぐれピアニストの enjoy music	☎ 9月13日(金)14時～15時 ☎ ピアノ演奏とトーク 定40人 申必要
一宮公民館 〒701-1211 北区一宮638-1 ☎/📠086-284-6224	ハンドメイドくらぶ・ つくるん♪	☎ 9月7日、10月5日の各土曜10時～12時 ☎ 小物コラージュなど 定15人 ¥400円（受講料）、各回500円程度（材料代）申必要
津高公民館 〒701-1144 北区栢谷1677 ☎/📠086-294-4222	生きもの調査隊	☎ 10月12日(土)9時～11時 ☎ 食べられる木の実を探してみよう 定20人（小学生以下保護者同伴）¥24円 申必要
吉備公民館 〒701-0153 北区庭瀬416 ☎/📠086-293-2170	ひだまりサロン	☎ 9月10日(火)13時～15時 ☎ 体験型！交通安全教室 定50人 申必要
妹尾公民館 〒701-0206 南区箕島1025-1 ☎/📠086-282-4747	ノルディック&ウオーク	☎ 10月18日(金)9時30分～12時 ☎ 妹尾地域を約4km歩く 定20人 ¥50円（保険代）☎ 10月11日までに保険代を窓口へ持参
東公民館 〒703-8233 中区高屋344-1 ☎/📠086-271-1911	スイッチON！ えこらいふ～SDGsを学ぼう～	☎ 10月4日(金)10時～12時 ☎ エシカル消費ってなに？～一杯のコーヒーの向こう側を考 えてみよう～ 定50人 申必要
旭東公民館 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/📠086-943-1154	みんなでハッピー☆ライフ （託児付き）	☎ 9月10日(火)10時～12時 ☎ 車に備えておきたい防災グッズ 定20人（託児3人） ¥300円（託児料）申必要
御南西公民館 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/📠086-244-1855	わくわく文庫	☎ 9月9日(月)10時～11時30分 ☎ 絵本の読み聞かせなど ☎ 未就園児と保護者 ¥年会費（材料代）子ども1人につき100円
旭公民館 〒700-0806 北区広瀬町3-26 ☎/📠086-224-0515	初心者・学びなおしの スマートフォン講座 （さんかく岡山会場）	☎ 10月21日・10月28日、11月11日の各月曜10時30分～12時 場さんかく岡山（北区表町三丁目）☎ LINEの基礎から応用など 定20人 申 9月6日以降に
	ウキウキ岡山 宇喜多家に迫る	☎ 9月28日(土)9時30分～12時 場 県立博物館・石山公園 ☎ 県立博物館学芸員による宇喜多親子のお話と岡山おもてな し武将隊との交流 定30人 申 8月30日以降に
岡輝公民館 〒700-0865 北区旭本町1-80 ☎/📠086-222-0855	実践！ ガーデニング講座	☎ 9月28日(土)10時～12時 ☎ 秋冬の花の手入れと花の植え替え実習 定15人 申必要
瀬戸公民館 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 📠086-952-4163	悠々ナビ 本能寺の変と岡山の戦国時代	☎ 10月5日(土)10時～12時 ☎ 戦国時代の備前国にまつわる講話など 定先着40人 申 ☎☎で9月5日以降に
	せと＊オトナ学 描いてみよう 笑顔文字講座	☎ 9月27日(金)19時～20時30分 ☎ 笑顔文字の書き方を学ぶ 定先着10人 ¥500円(申込時持参) 申 ☎☎で

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

令和6年度 岡山北商工会 創業セミナー 受講生募集! 各回20名

受講料
無料
※予約制

● 創業を検討中または創業後3年以内の方にオススメ ● 実績豊富な講師によるわかりやすいセミナー

第1回 10月23日(水) 「創業時の心構え～成功する経営者になるために～」
18～20時 講師：藤田 悠久雄 氏（中小企業大学校講師）

第2回 10月30日(水) 「成功する経営者を目指して～想いを形に～」
18～20時 講師：藤田 悠久雄 氏（中小企業大学校講師）

第3回 11月6日(水) 「売れるマーケティングと営業・広告戦略のキホン」
18～20時 講師：前田 和信 氏（広告デザイナー）

第4回 11月13日(水) 「起業のための経理と財務」【金融知識について】
18～20時30分 講師：小橋 仙敬 氏（公認会計士）・日本政策金融公庫 担当者

個別相談会 別途開催

こちらより
お申し込み
いただけます

お申し込み・お問合せ

☎086-294-2345

📧 okayamakita@okasci.or.jp

開催
場所

岡山北商工会津高支所
岡山市北区吉宗676-1

岡山北商工会 〒709-2121 岡山市北区御津字垣1630-1 TEL:086-724-2131

令和6年度伴走型小規模事業者支援推進事業

記号説明
日 日程
時 時間
場 場所
内 内容
講 講師
対 対象
定 定員
¥ 費用など
持 持参品
申 申込
他 その他



Center ふれあいセンターからのご案内

休館日 第3土曜
※ウェルポートなださきから
のお知らせも含まれます



岡山ふれあいセンター

〒702-8002 中区桑野 715-2
☎086-274-5151 ☎086-274-5100
✉o-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

西大寺ふれあいセンター

〒704-8116 東区西大寺中二丁目 16-33
☎086-944-1800 ☎086-944-1801
✉s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

北ふれあいセンター

〒700-0071 北区谷万成二丁目 6-33
☎086-251-6500 ☎086-251-6501
✉k-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

西ふれあいセンター

〒701-0205 南区妹尾 880-1
☎086-281-9611 ☎086-281-9612
✉n-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

南ふれあいセンター

〒702-8021 南区福田 690-1
☎086-261-7001 ☎086-261-7025
✉m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

ウェルポートなださき

〒709-1215 南区片岡 159-1
☎086-363-5001 ☎086-363-5011
✉j_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

- 講座**
- ・申し込みは、講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を ☎ ☑ ☒ ☓ ☔ で
 - ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお、応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
 - ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます（一部対象外講座あり）。

	講座名	日程・回数	時間	受講料など	締切
岡山	岡山市子育てパパ・ブレバパ応援事業 パパと一緒に！運動あそび教室	9/29(日)	①10:00~10:45 ②11:15~12:00 ※1	無料	9/15
	介護職ファーストステップ研修 介護技術基礎「排泄ケア」	10/14(祝)	9:30~12:30	1,570円	9/30
	子育て応援ボランティア養成講座	10/22~(火)全4回	10:00~12:00	840円	10/8
	○初心者向け…女性のためのヨガ(午前)・(夜間)、気功八段錦太極拳、ピラティス、男性のためのヨガ、かんたんジャズダンス&ストレッチ、かんたんエアロ&筋力UP、からだコンディショニング、かんたん！キックボックス(金曜)・(土曜) ○託児付…女性のためのピラティス、からだスッキリヨガ ○知的障害者優先…チャレンジダンス教室				
西大寺	介護職スキルアップ研修「続・岡山県福祉介護施設の災害対策への現状と課題～災害の教訓は活かされるか～」	10/11(金)	10:00~12:00	1,050円	9/27
	介護職ファーストステップ研修 介護技術基礎「口腔ケア」	10/13(日)	14:00~16:00	1,050円	9/29
	楽しい軽食&お菓子づくり教室	10/21~(月)全3回	10:00~12:30	2,820円 ※2	10/11
	○初心者向け…マットエクササイズ、ハワイアンダンス、Shape Upエンジョイダンス、ピラティス ○託児付…リフレッシュヨガ ○高齢者優先…絵手紙、篠笛				
北	岡山市安全安心ネットワーク 地域福祉分野「認知症サポーター養成講座」	9/23(休)	13:30~15:00	無料	9/10
	○初心者向け…ピラティス、シェイプアップ、マットエクササイズ、ストレッチヨガ(午後コース)、アクティブヨガ(火曜・夜間)・(土曜・午前)、バレトン、リズムフィット☆ボクシング、筋力UPトレーニング(金曜日)、ちょっとがんばる!!筋トレ講座 ○託児付…エアロピクス、ストレッチヨガ ○高齢者優先…らくらく脳トレす体操、姿勢すっきり体操&らくらくウオーク、ストレッチボールでリラックスストレッチ、実用習字、練功、笑いヨガ				詳細は北ふれあいセンターまで
西	親子福祉体験講座「親子手話教室」※3	9/16(祝)	10:00~11:30	210円	9/6
	安全安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 健康づくり分野「高血圧にご用心」※4	10/23(水)	14:00~15:30	無料	10/13
	料理教室 ~秋の彩り腸活ごはん~ ※5	9/29(日)	10:00~13:00	940円 ※6	9/18
	○初心者向け…ペルビス®～骨盤調整～、エアロピクス、シェイプアップ、ピラティス、リズムフィットボクシング、マットエクササイズ、リセットヨガ ○託児付…リフレッシュエアロ&yoga、Enjoyシェイプアップ ○高齢者優先…ストレッチと気功、ゆる体操、アクリル画、備前焼、心と体のシェイプアップ、シニアピラティス ○子どもと保護者対象…親子リトミック				
南	○初心者向け…エアロピクス&ストレッチ、エアロピクス、ボディーヨガ、かんたん！キックボックス、いきいき健康ストレッチ&フィットネス、マットエクササイズ、リラックスヨガ、ボールペン字・筆ペン講座、フラワーアレンジメント、キレイになるためのヨガ、男性のためのヨガ、骨盤からの姿勢改善 ○託児付…ピラティス、リフレッシュエアロ&体幹トレーニング ○高齢者優先 フットセラピー&姿勢すっきり体操、筋力アップ&簡単エクササイズ、水彩画、筆ペン講座、ゆる体操、笑いヨガ、大人の折り紙、現代俳句、健康維持エクササイズ ○子どもと保護者対象…ママとベビーのためのピラティス、赤ちゃん&エクササイズ				
なださき	○高齢者優先…おなかひきしめエクササイズ～めざせ！-5歳～、楽しく運動☆脳トレ・筋トレ・ストレッチ、リンパマッサージ&体調改善エクササイズ				

※1 ①2歳児コース②3歳児コース ※2 別途材料代1,000円程度 ※3 保護者1人につき小学生2人まで ※4 高校生以上 ※5 高齢者優先 ※6 別途材料代1,060円程度

催し 問い合わせは各センターへ

岡山ふれあいセンター

世界アルツハイマー月間イベント「サボくまフェスティバル」

☑ 9月8日(日)10時~14時

☒ ものづくりコーナー、各種測定コーナー、パネル展、喫茶、オレンジクロス贈呈式など

備前焼・藤かご作品展

期間 9月6日(金)~10月7日(月)

西大寺ふれあいセンター

講座作品展

期間 9月6日(金)~20日(金) (最終日は15時まで)

ベビーマッサージ&ふれあい遊び

☑ 10月14日(祝)10時30分~11時45分 ☒ 首がすわった3~12カ

月の子どもと保護者 ☑ 15組程度 ☒ 10月4日までに

北ふれあいセンター

親子でバルーン作り

☑ 9月29日(日)14時~16時 ☒ 10組(保護者1人につき小学生2人まで) ¥1セット500円 ☒ 9月17日までに

南ふれあいセンター

アルツハイマー月間映画会「ばけますから、よろしくお願ひします。」

☑ 9月16日(祝)①10時~12時②14時~16時 ☒ 各回198人程度

講座作品展

☑ 9月15日(日)~28日(土)(最終日は14時まで)

ウェルポートなださき

なださきミュージックフェスティバル

☑ 10月20日(日)11時~15時頃 ☒ 市民(公募)によるコンサート

親子で楽しむ体幹トレーニング

☑ 10月6日(日)10時~11時30分 ☒ 年中~小学3年生までの子

どもと保護者(2人1組) ☑ 15組 ☒ 9月24日までに