

岡山市立岡西公民館だより



発行: 岡山市立岡西公民館

〒700-0054 岡山市北区下伊福西町1-48

電話/FAX:(086)253-7581

【ホームページアドレス】https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010954.html

【メールアドレス】kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp



気を緩めずに続けよう! 来館時は感染防止対策をお願いします!

感染症対策をみんなで確認・共有して活動を続けていきましょう。3つの密(密集・密接・密閉)を全て避ける“ゼロ密”も意識してください。館内は常時換気に努めています。室温がかなり低い状態の日もありますので、防寒着等体温調節のしやすい服装でご来館ください。また、公民館内でマスク着用中は、水分補給など体調管理にも十分ご注意ください。引き続きご理解・ご協力をお願いします。

- ① 毎朝、体温測定・体調のセルフチェックを。
② 発熱やのどの痛み・咳等がある場合や体調がすぐれない時は、来館を控えてください。
③ 公民館に来たとき・帰るときは、丁寧な手洗いまたは手指消毒をお願いします。
④ マスク着用と「咳エチケット」の徹底を。
*咳エチケットとは...
・咳やくしゃみをマスク無しや、手で押さえてしない。
・マスクを着用するときは、口と鼻を覆う。
・マスクが無いときは、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆う。
・とっさの時は、袖で口と鼻を覆う など。

今後の新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、今号の岡西公民館だより『ふれあい』でご案内している講座・事業等の予定を変更し、延期や中止とする場合があります。引き続き、ご理解いただきますようお願いいたします。

年末年始休館に伴う 資源化物回収休止のお知らせ

令和4年12月28日(水)~令和5年1月4日(水)は、年末年始休館日のため、資源化物の回収はできません。

坪田譲治没後40年事業 (岡山市名誉市民・児童文学者)

主催: ノートルダム清心女子大学「ツボジョーワールド探検隊」
共催: 岡山市立岡西公民館

実り多き未来へ ~譲治と結ぶ人とのきずな~

ノートルダム清心女子大学の学生グループ「ツボジョーワールド探検隊」のみなさんが、昨年度に引き続き調査・研究成果を発表します。今回は坪田譲治作品を紙芝居や人形劇にして上演したり、新しいツボジョー体操を初披露したりと、子どもから大人まで、幅広い世代が楽しめるプログラムを大学生が考えました。坪田譲治や譲治作品を介し、私たちはどのように人とのきずなを結ぶことができるのでしょうか? ぜひご参加ください。

【日時】 12月11日(日) 13:30~15:30
【対象・定員】 小学生から大人まで・45人(先着順)
【受講料】 無料
【内容】 ・坪田譲治の生涯についての簡単な紹介と、譲治が親しんだ能登川用水の水質調査報告
・「けんかタロウとけんかジロウ」の紙芝居での上演
・「ケイちゃんとかきのたね」の物語を表現した新しい「ツボジョー体操」の初披露
・冊子「実り多き未来へ」のイラストを用いた「まちがいがし」コーナー
・「きつねとぶどう」の紙人形劇での上演
・「ひとつぶのたね」に関連づけた「この種なんの種クイズ」など
【申し込み】 受付中。12月10日(土)までに岡西公民館窓口または電話でお申し込みください。

主催講座のご案内

暮らしと環境 ~エコライフのすすめ~

第4回 エシカル講演会 【主催】岡山市消費生活センター
環境や社会・人に配慮した「エシカル消費」を心掛け、持続可能性ある未来を残すことが、求められています。「エシカル消費」の価値観に触れ、思いやりのある買い物の在り方を一緒に考えてみませんか?

【日時】 1月20日(金) 13:30~15:00
【講師】 柿野 成美さん
【内容】 エシカル消費の視点から考えよう ~私たちの暮らしとSDGs~
【持参いただく物】 マスク、筆記用具
【申し込み】 受付中。12月25日(日)17:00 までに公民館窓口へお申し込みください。



第5回 味噌を手作りしよう!

【共催】三門学区栄養改善協議会・三門学区婦人会
昨年に続き、味噌を手作りします。健康によい発酵食品の味噌を手作りすることで、環境にも体にも優しい我が家オリジナルの味を楽しみませんか?

【日時・内容】 麹味噌5kgを手作りします。
①事前準備 1月31日(火) 10:00~11:00
②仕込み実習 2月2日(木) 9:30~12:30
※必ず2日間ご参加ください。両日参加で味噌が作れます。
【講師】 石田 敏子さん
【対象・定員】 どなたでも(上記日程で参加できる方)・15名(先着順)
【材料代】 1人(5kgで)3,000円程度
【持参いただく物】 エプロン、マスク、味噌保存容器など。詳しくは申し込み時に説明します。
【申し込み】 12月15日(木)9:30~1月20日(金)17:00の間に公民館窓口へお申し込みください。



いきいき健康講座 【共催】三門学区栄養改善協議会

あなたの食事、大丈夫?~SATシステムを使って栄養バランスをチェック!~
食育SATシステムを使用して、ご自身の普段の食事の栄養バランスに偏りがないか確認し、改善のポイントを学びます。

【日時】 1月12日(木) 13:30~15:30
【講師】 吉田 千代子 さん(栄養士)
【対象・定員】 どなたでも(在住学区は問いません)・30名(先着順)
【持参いただく物】 マスク・筆記用具 【受講料】 無料
【申し込み】 12月13日(火)9:30~公民館窓口へお申し込みください。



ストレス解消術 ~気づける力を養おう~

【主催】石井中学校区健康市民おかやま21
ストレスのサインに自分で気づいて対処したり、周囲の変化に気づいて大切な人を守るためにストレス解消術を身につけませんか?

【日時】 1月26日(木) 10:00~11:30
【講師】 柳田 公佑 さん(ゆうクリニック医師)
【対象・定員】 石井中学校区にお住まいの方・30名(先着順)
【持参いただく物】 マスク・筆記用具 【受講料】 無料
【申し込み】 受付中。1月23日(月)17:00 までに公民館窓口へお申し込みください。



主催講座のごあんない(つづき)

発達障がい定例座談会「あおぞら」

保護者・祖父母・当事者・支援者に該当する方が集まり、語り合う場です。語り合う時間を大切に。みんなで一緒に内容を考えていきます。お子さんと一緒に参加も大歓迎☆ お気軽にご参加ください。

日時：毎月第1金曜日 10:00~12:00

★ 1月6日・2月3日

【参加費】無料 【持参いただく物】マスク・筆記用具

【申し込み】受付中。電話または岡西公民館窓口で必ず事前にお申し込みください。



おはなし会

読み聞かせボランティアグループ「じゃんけんホイ」乳幼児とその保護者、読み聞かせに関心のある方を対象に開催しています。お申し込み不要、参加費無料です。

時間はいつでも 11:00~12:00

★ 12月20日(火) テーマ「おたのしみ」

★ 1月17日(火) テーマ「どうぶつ」

★ 2月21日(火) テーマ「おかし」

【定員】20人(先着順)

【参加時のお願い】事前申し込みは不要ですが、当日参加者名簿に氏名と連絡先の記入をお願いします。



ひだまりサロン



お互いに教えあいながら、各々で取り組める手芸や工作を行います。

Table with 3 columns: 日時, 内容, 持参いただく物. Row 1: 1月27日(金) 10:00~12:00, お正月遊び大会, 筆記用具・マスク

※12月はお休みです。

【定員】35人(先着順) 【対象】おおむね65歳以上の方 【受講料】無料 【参加費】1回200円程度(材料代) 【申し込み】受付中。電話または岡西公民館窓口で必ず事前にお申し込みください。

介護予防教室『岡西ふれあい元気教室』

共催：岡山市ふれあい介護予防センター 北事務所 いつまでも元気で暮らせるよう、介護予防に関する講話と実技を行います。

Table with 3 columns: 日時, 内容, 申込開始日. Row 1: 12月12日(月) 10:00~12:00, ストップ!感染症 ~お口編~, 受付中. Row 2: 1月23日(月) 10:00~12:00, ストレスと上手に付き合えば、生活が変わる, 1月10日(月). Row 3: 2月13日(月) 10:00~12:00, 自分で取り組める 体力チェックを知ろう!, 1月30日(月)

【対象】おおむね65歳以上の岡山市民の方 【受講料】無料 【定員】40人(先着順) 【持参いただく物】マスク、水分補給用の飲み物、筆記用具。 【申し込み】申し込み開始日をご確認のうえ、岡山市ふれあい介護予防センター北事務所にお申し込みください。 《電話》086-251-6517 《受付時間》9:00~17:00(土・日・祝日を除く)



坪田譲治コラム連載③

岡山市や島田を舞台にした作品は？

岡山市を舞台にした譲治の作品は数えきれません。「故郷島田の子ども・少年時代のことを後世に写真では残せないのだから作品で残したい」という思いで書かれています。譲治は島田で生活した頃を「人生の一番素晴らしいとき」と思っていました。「子供の四季」の舞台は牧石と島田です。牧石で譲治の兄が牧場を営っていました。譲治は早稲田大学在学中に休学して兄の牧場を手伝っていました。島田が舞台の作品は坪田本家の甚七郎(譲治の母方の祖父)がモデルのおじいさんが登場します。「子供十二月」は譲治の子供の頃の生活が1年を通して紹介されています。現在と比べて読むととても面白いと思います。今も続いている秋祭りのだんじりを曳く行事は、譲治の頃と同じ歌を歌って行われていました。

【文責 坪田譲治を顕彰する会】

令和5年度 クラブ講座 新規・継続開設について

クラブ講座は、個人の教養を高めるだけでなく、活動を通して地域文化の向上を図り、人々の出会いの場、自己実現の場となることをめざし開設しています。

令和5年度(令和5年4月1日~令和6年3月31日)、岡西公民館で新規・継続でクラブ講座開設を希望される方は、クラブ講座開設申請書と名簿を提出してください。なお、社会教育法23条により、営利行為・政治活動・宗教活動を目的としたクラブ講座は開設できません。

申請期限 12月1日(木)~12月24日(土)17時(厳守)

クラブ講座開設の要件(抜粋)

- ①開設希望者(受講希望者)が10名以上いること。 ②活動回数は、原則月2回。1回2時間以内(準備・片付け含む)。 ③受講料は、1人1回2時間につき500円以内に設定すること。 ④講師謝礼金(受講料の合計)は、1回2時間で15,000円以内。 ⑤運営は、クラブ講座生が中心となり、主体的・民主的に運営すること。 ⑥活動日・時間・使用する部屋は、クラブ講座生と公民館で協議して決定。 ⑦継続クラブは講座生固定化を防ぐため新しい人が入りやすい工夫をすること。 ⑧随時、各クラブ講座の運営内容等を調査し、開設の要件や公序良俗、法令に反している場合は改善を求めます。場合によっては、そのクラブ講座を中止していただくこともあります。

岡山市消費生活センターからのお知らせ

『オンライン消費生活相談会』実証実験

岡山市消費生活センターでは、WEB 会議システムを活用した消費生活相談の実用化に向け、パソコン画面を通じた面談の実証実験を行います。契約トラブルに心当たりがある方はぜひご相談ください。

【相談日】12月9日(金)、12日(月)、20日(火) 1月16日(月)、17日(火)、19日(木)

【時間】10:00~16:00(相談はお一人につき40分以内) 1回40分で完了しなかった相談については、お電話または窓口での相談に切替となりますので予めご了承ください。

【持参いただく物】あれば契約書の実物やスマホのスクリーンショット等、契約状況がわかるもの

【申し込み】受付中。1月17日(火)までに岡山市消費生活センターへお申し込みください。

《電話》086-803-1105

第43回岡西公民館文化祭を開催しました

去る11月19日(土)、20日(日)に、3年ぶりに開催することができました。

2日間天候にも恵まれ、多くの方にご来館いただき、盛況のうちに終えることができました。

ご来館及び運営にご協力いただいた皆様に御礼申し上げます。

岡山市立岡西公民館文化祭実行委員会 委員長 原 秀忠

資源化物の回収について

ルールとマナーを守って気持ちよく使えるようご協力ください!

回収日時…公民館開館日の9:30~17:00(時間厳守)

令和4年12月28日~令和5年1月4日は、回収しません。

休館日は、水曜日・国民の祝日・水曜日と祝日が重なればその翌日

回収品目…空き缶・空きびん・蛍光管・食品トレイ(発泡・透明)

※空き缶はアルミ・スチールを分けずにそのまま水色のコンテナへ入れてください。

※スプレー缶は中身を使い切り、緑のコンテナへ入れてください。

※食品トレイは洗ったものを灰色のコンテナへ入れてください。

上記以外の品目は回収していませんのでご注意ください。

※ 家庭から排出される資源化物のみが回収対象です。燃えるゴミは回収していません。

休館日

Calendar for December and January showing closure dates. Dec 28, 29, 30, 31 and Jan 1, 2, 3 are marked as closure days.



令和4年12月28日(水)から令和5年1月4日(水)までが年末年始期間中の休館日です。上記期間は資源化物の回収も中止となります。本年もご利用ありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。