

# いちのみや

発行 岡山市立一宮公民館

〒701-1211 岡山市北区一宮638-1

電話・Fax (086)284-6224

E-mail ichinomiyakouminkan@city.okayama.lg.jp

ホームページ <http://www.city.okayama.jp/kouminkan/ichinomiya/index.html>

一宮公民館  
メールアドレス



一宮公民館  
ホームページ



## 一宮健康教室(全8回)

体の痛みとスマートに付き合う方法を身につけましょう。

【日程】原則、毎月第3月曜日 10:00~12:00

(ただし、7月・9月・1月は休み)

【定員】50名(先着順) 【受講料】無料

【講師】辻 博明先生

【申込み】4月17日(月)9:30から、窓口・電話で受付。

5月15日(月)  
から開講!



## 親子であそぼう(全6回)

【日程】原則、奇数月の第4金曜日 10:00~12:00

【対象】就園前のお子さんとその保護者の方

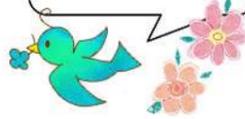
【定員】10組(先着順) 【受講料】無料

【講師】井上 麗子さん(岡山市レクリエーション協会)

【持ってくるもの】はさみ、のり、カラーペン、クレヨン、敷物、除菌シート

【申込み】4月24日(月)9:30から 窓口・電話で受付。(窓口申込み優先)

5月26日(金)  
から開講!



## にじいろ ~発達凸凹の子と親の会~

「ちょっとうちの子、気になるところが・・・」「学校(園)になじめない・・・」子育てに悩みはつきもの。子育てで気になることや困ったこと、うれしかったことを気軽に話して、少し気が楽になる場をめざしています。年に数回、発達や子育てに関する学習会なども実施予定です。お互いに聞いてみたいことなど、自由にお話しましょう。

【日程】原則、毎月第2火曜日・10:00~12:00

《4月・5月の予定》4月11日、5月9日

【対象】子育て中の保護者、地域で多様な子育てを応援したい方

【定員】10名程度 【受講料】無料

【持ち物】筆記用具、飲み物、お子さん連れの方はお気に入りのおもちゃなど。(託児はありません)

【申込み】窓口・電話、2次元コードで受付。 → → →



## 子育てサロン にこっと(毎月第3月曜日)

子どもと一緒に遊んだり大人同士のおしゃべりを楽しんだり、親子が“にこっと”できる場です。時々簡単なハンドメイドをする月もあります。「子育て応援サポーターにこっと」のメンバーがお待ちしております。参加は無料です。

【日程】原則、毎月第3月曜日 10:00~11:30

(時間内の出入りは自由です)

《4月・5月の予定》4月17日、5月15日

【対象】就園前の子どもとその保護者

【場所】1階福祉室(畳の部屋)

【申込み】当日受付も可能です。直接部屋までお越しください。



## 一宮おもちゃの病院(原則、偶数月の第4日曜日)

大切に使っていたのにこわれてしまったお気に入りのおもちゃ。「吉備おもちゃ病院」のみなさんに治療(修理)してもらいましょう。

【日程】4月23日(日) 9:30~11:00(受付時間)

【対象】子ども(必ず保護者と一緒に来館してください)

【治療費】無料(修理に必要な部品や電池等は実費必要)

お願い ★おもちゃは1家族2個までです。

★コンピューターゲーム類、エアガン、電動ガン等、修理をお引き受けできないものがあります。

★修理時間がかかる場合はいったんお預かりし、修理が終わったら公民館へ受け取りに来ていただくようになります。



今回は特別に5月も開催!(ごみ減量・リサイクル推進事業)

【日時】5月28日(日)10:00~14:00(受付時間)

【先生】岡山おもちゃの病院スタッフ

【治療費】無料(修理に必要な部品や電池等は実費必要)

お願い ★おもちゃは1家族1個を原則とします。

★コンピューターゲーム類、エアガン等は対象外です。

★修理に時間がかかるため余裕をもってお越しください。

預かり治療はありません。



## パソコン初心者相談コーナー

【日時】《4月》4月14日(金)、21日(金)13:30~15:30

《5月》5月19日(金)13:30~15:30

※5月は1回のみ

【定員】各回5名(先着順) 【受講料】無料

【申込み】4月1日(土)9:30から 窓口・電話で受付。

※原則、パソコン持込(公民館のパソコン使用可)



## 楽しく介護予防!

介護予防センターや地域との共催で、介護予防教室や健康教室、クラブを開催しています。

●一宮ふれあい元気教室(原則毎月第1月曜日 10:00~12:00)

【場所】一宮公民館

【定員】50名 【参加費】無料

【申し込み、問い合わせ先】

岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

(電話) 086-251-6517

●平津ふれあい元気クラブ(原則毎月第2月曜日 10:00~12:00)

【場所】平津コミュニティハウス 【参加費】必要

●桃丘ふれあい元気クラブ(原則毎月第3金曜日 10:00~12:00)

【場所】桃丘コミュニティハウス 【参加費】無料

第1回目は  
4月3日(月)

## ◆クラブ講座生募集◆

銭太鼓

楽しく、リズムにのって手を動かし、脳の活性化をして認知症の予防に、みんなと楽しく生き生きとした時間を過ごしましょう。

入部をお待ちしています。

【日時】第2・第4木曜日 10:00~12:00

【講師】田井 知恵子先生 【受講料】1回500円

【準備するもの】銭太鼓・敷物



## 令和4年度一宮公民館文化祭が 開催されました!!



3月4日・5日および11日・12日に開催されました令和4年度一宮公民館文化祭開催に際し、地域の皆様に多数ご来館いただきました。心より感謝申し上げます。また、クラブ講座の皆様には、文化展への多くの作品の展覧や実技発表会への出演をいただき、おかげをもちまして、盛会のうちに閉じることができました。

3年ぶりの開催ということもあり、皆様の温かいご支援の中で心弾ませながら、日頃の活動の成果をしっかりと発表する会を創りあげることができました。これも皆様のおかげと感謝しております。

一宮公民館では、今後とも、地域に開かれ、地域に根ざした公民館活動づくりに邁進してまいります。引き続きご支援・ご鞭撻のほどお願い申し上げます。



文化祭実行委員長  
次田 泰裕  
一宮公民館館長  
横山 嘉光

## 《公民館カレンダー》

■ 休館日

4月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	29日:昭和の日					

5月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	3日:憲法記念日 4日:みどりの日 5日:こどもの日		

★公民館だより「いちのみや」は中山中学校区の町内会の皆さまのご厚意で全戸配布しています。この場を借りて御礼申し上げます。

★次回の一宮公民館だより「いちのみや」は、6月1日発行予定です。

令和5年度

# 一宮公民館クラブ講座一覧

- ・入会前に一度見学されることをお勧めしています。見学希望の方は公民館へお問い合わせください。
- ・クラブ講座によっては受講料とは別に実費が必要な場合があります。
- ・番号に網掛けをしているクラブ講座は、定員に達しています。

★新規開講！クラブ講座生募集しています！

「いちのみや男性料理」

【活動日】毎月第4週 10:00～13:00

【講師】亀山 緑先生

【受講料】500円/月 【材料代】1,000円程度/回



曜日	No.	クラブ名	活動日・時間	受講料	
日曜日	1	水墨画	1・3日 10:00～12:00	1,000円	
	2	カラオケ同好会(昼)	1・3日 13:00～15:00	0円	
	3	囲碁同好会	1・3日 13:00～15:00	0円	
月曜日	4	心を贈る絵手紙	1・3月 10:00～12:00	1,000円	
	5	シルバー3B体操	1・3月 10:00～12:00	1,000円	
	6	木彫(いちもく会)	1・3月 13:00～15:00	1,000円	
	7	太極拳同好会	1・3月 13:00～15:00	0円	
	8	リミック音楽であそぼう	1・3月 14:20～15:20	500円	
	9	3B体操	1・3月 19:00～21:00	1,000円	
	10	英会話(大人)	2・4月 10:00～11:30	1,000円	
	11	編物(月)	2・4月 10:00～12:00	1,000円	
	12	リフレッシュ健康体操	2・4月 10:00～12:00	1,000円	
	13	ハッピー健康体操	2・4月 13:00～15:00	1,000円	
	14	水彩画	2月 10:00～14:00	1,000円	
	15	うたごえ一宮(月)	2月 13:00～15:00	500円	
	火曜日	16	ペン習字クラブ	1・3火 13:00～15:00	1,000円
		17	民謡クラブ	1・3火 13:00～15:00	1,000円
		18	編物(火)	1・3火 13:30～15:30	1,000円
19		日本舞踊(火)	1・3火 13:30～15:30	1,000円	
20		卓球同好会	1・3火 15:30～17:30	0円	
21		韓国語講座	1・3火 19:30～21:00	1,000円	
22		パンフラワー	2・4火 9:30～11:30	1,000円	
23		ヨガA	2・4火 9:30～11:00	1,000円	
24		ヨガB	2・4火 11:00～12:30	1,000円	
25		親子3B体操	2・4火 14:00～15:00	大人1,000円 子ども500円	
26		ジュニア3B体操	2・4火 15:00～17:00	1,000円	

曜日	No.	クラブ名	活動日・時間	受講料
火曜日	27	リラックスヨガB	2・4火 19:00～21:00	1,000円
	28	古代祭祀研究会	3・4火 13:30～15:30	0円
	29	介護者の集い「ゆずり葉クラブ」	奇数月 2火 13:30～15:00	0円
	30	川柳入門	3火 9:30～12:00	500円
	31	そば打ち同好会	3火 9:30～12:30	0円
	32	いちのみや男性料理	4火 10:00～13:00	500円
木曜日	33	きもの着付(朝)	1・2木 10:00～12:00	1,000円
	34	編物(木)	1・3木 10:00～12:00	1,000円
	35	七宝焼	1・3木 10:00～12:00	1,000円
	36	健康体操ウェーブ	1・3木 10:00～12:00	1,000円
	37	アロハフラ	1・3木 13:00～15:00	1,000円
	38	リフォーム洋裁	1・3木 13:00～15:00	1,000円
	39	中高年からはじめるらくらくピアノ	1・3木 13:00～15:00	1,000円
	40	スーエーAAA社交ダンス	1・3木 15:30～17:30	1,000円
	41	キッズヒップホップ	1・3木 16:30～18:30	1,000円
	42	リラックスヨガA	1・3木 19:00～21:00	1,000円
	43	きもの着付(夜)	1・3木 18:30～20:30	1,000円
	44	フラワーアレンジメント	1・3木 18:30～20:30	1,000円
	45	ろしよ 鷺照吟詠会	1・3木 19:00～21:00	1,000円
	46	(詩吟)哲泉流	2・3木 10:00～12:00	1,000円
	47	銭太鼓	2・4木 10:00～12:00	1,000円
	48	傘踊り同好会	2・4木 13:00～15:00	0円
	49	スポーツウエルネス吹矢	2・4木 13:00～15:00	0円
	50	茶道(裏千家)	2・4木 13:00～15:00	1,000円
51	木彫り(お面・神楽面)	2・4木 13:30～15:30	1,000円	
52	ハーブ講座	2木 10:00～12:00	500円	

曜日	No.	クラブ名	活動日・時間	受講料
木曜日	53	たのしい絵てがみ『自遊空間』	2木 10:00～12:00	0円
	54	現代マナー	2木 13:00～15:00	500円
	55	料理クラブ	4木 9:30～13:00	500円
	56	Kids英会話A	1・2・3・4木 16:05～16:45	2,000円
	57	Kids英会話B	1・2・3・4木 16:50～17:30	2,000円
	金曜日	58	ストレッチクラブ	1・3金 10:00～11:30
59		華道 勅使河原和風会	1・3金 10:00～12:00	1,000円
60		実用書・かな書道	1・3金 13:00～15:00	1,000円
61		琴同好会	2・4金 10:00～12:00	0円
62		楽しいオカリナ	2・4金 10:00～12:00	1,000円
63		たくしん 一宮卓親クラブ	2・4金 13:00～15:00	0円
64		華道 尊敬流(生け花)	2・4金 19:00～21:00	1,000円
65		写真クラブ	2金 10:00～12:00	0円
66		うたごえ一宮(金)	4金 13:00～15:00	500円
67		キッズエアロ(リトル)	1・2・3・4金 16:00～17:00	2,000円
68		キッズエアロ(ジュニア)	1・2・3・4金 17:00～18:00	2,000円
土曜日		69	一宮パソコン同好会 初心者クラス	1・3土 9:30～12:00
	70	日本舞踊 土(A)	1・3土 13:00～15:00	1,000円
	71	日本舞踊 土(B)	1・3土 15:00～17:00	1,000円
	72	夜のカラオケ同好会	1・3土 19:00～21:00	0円
	73	スマホ同好会	2・4土 10:00～12:00	1,000円
	74	手話クラブ	2・4土 10:00～12:00	1,000円
	75	中国健康体操 練功(土)	2・4土 10:00～12:00	1,000円
	76	子ども書道教室A	2・4土 13:00～14:30	1,000円
	77	子ども書道教室B	2・4土 14:30～16:00	1,000円
	78	一宮短歌同好会	3土 13:00～15:00	0円