

上南だより

第407号

2023. 7. 1

発行

岡山市立上南公民館

〒704-8166

岡山市東区君津636

TEL & Fax 948-3352

H P <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010910.html>E-mail jounankouminkan@city.okayama.lg.jpFacebook <http://www.facebook.com/JounanKouminkan/>

H P



Facebook

主催講座のご案内

* 申込不要の講座以外は、締切日までに申込みをしてください。



あっ晴れ！もも太郎体操(若返会)

わかがえりかい

ほとんど椅子に座っての約40分の簡単な体操です。地域みなさんと一緒に続けてみませんか。いつからでも参加できます。動きやすい服装で水分補給用の飲み物をご持参ください。

実施日 7月7日、14日、21日、28日

8月4日、18日、25日

*毎週金曜日の10時～

場 所 1階ロビー

※申込み不要。初回のみ参加票に記入していただきます。



上南いきいき教室

日 時 7月18日(火) 14:00～16:00

内 容 肩甲骨を動かして、
軽やかな体を手に入れよう

講 師 岡山市ふれあい介護予防センター

対 象 おおむね65歳以上の岡山市民

持 ち 物 筆記用具、水分補給ができるもの

参加費 無 料 申 込 不 要



スマホ決済を使ってみよう！

この機会にスマートフォン決済(スマホ決済)デビューしてみませんか。8月に第5弾の岡山市ポイント還元キャンペーンが始まります。

日 時 7月20日(木) 15:30～17:00

講 師 ソフトバンクスマホアドバイザー

内 容 ・スマートフォン決済“PayPay(ペイペイ)”の使い方

・【第5弾】がんばろう岡山市！スマホ決済最大20%が戻ってくるキャンペーン説明

定 員 20人 参加費 無 料

持 ち 物 自分のスマートフォン(お持ちの方)

筆記用具、飲み物

申 込 7/1(土) 9:30～7/15(土) 17:00の期間
電話または来館で(先着順)

公民館カフェ

月始めの金曜日、公民館カフェで気軽におしゃべりしたり、みなさんで何かをしたりして楽しみませんか。どなたでもご参加ください。申込み不要。初回のみ参加票に記入していただきます。

日 時 7月7日(金) 10:40頃～

折り紙で七夕かざり

※8月はお休み

場 所 1階ロビー

(あっ晴れ！もも太郎体操が終わった後始めます)

お茶代 100円(コーヒー、紅茶、お茶などがあります)



パソコン相談&学習ルーム

パソコンに関する相談にボランティアが対応します。

日 時 7月13日(木) 13:30～15:00

講 師 パソコンサークル上南

持 ち 物 筆記用具

ご自身のノートパソコン(できる限り)

受講料 無 料 申 込 不 要

※相談についてボランティアでも対応しかねる場合がありますので、ご了承ください。



オレンジローバーの会

(発達障害についての学習・情報交換と交流の場所)

中学校における支援について

日 時 7月24日(月) 10:00～12:00

講 師 横山嘉光さん

(岡山市立一宮公民館長/幼・小・中で勤務経験あり)

対 象 関心のある方どなたでも

定 員 20人 参加費 無 料

持 ち 物 筆記用具、飲み物

切 7月22日(土)

※講座終了後に、会のアドバイザーが個別にお話をお聞きする時間(12:15～13:00)を設けます。個別のご相談をご希望の方は、申込みの際にお申し出ください。(先着1組)



※7月は、「健康ウォーキング」、「上南シネマ」、「上南高齢者大学」はお休みです。

上南公民館だよりは毎月発行しており、各町内会長様のご厚意で上南地区全戸に配布していただいています。いつもご協力をありがとうございます。

ちびっこわいわい

ふれあい水あそび

日時 7月24日(月) 10:00~11:30

対象 未就学児とその保護者

※家族であれば一緒に小学生の参加も可

定員 3組(おやこクラブ会員は除く)

持ち物 水着、着替え、タオル、飲み物、シャボン玉や水鉄砲など水遊びに使えるおもちゃなど、おむつをしている子はプール用おむつ

参加費 無料 〆 切 7月23日(日)



「警報」発令時の対応について

【暴風・大雪・特別警報が発令された場合】
主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出等の通常業務を停止します。ご了承ください。

【大雨・洪水・高潮警報が発令された場合】
基本的には通常業務を継続しますが、館の事情によっては通常業務を停止する場合があります。

上南高齢者大学

あなたの肺は元気ですか？

日時 8月10日(木) 10:00~12:00

講師 佐藤功さん

(香川宇多津病院放射線科画像診断センター長)

定員 30人 参加費 無料

〆 切 8月8日(火)



学習支援ボランティア募集

上南公民館では夏休み期間中、小中学生を対象とした自主学習の場を設けます。そこで、勉強の分からないところと一緒に考えてくださるボランティアを募集します。地域の子どもと一緒に見守りませんか。興味のある方はお問い合わせください。

【対象】大学生以上の方

特に元教員、教員を目指している方



上南音楽クラブ サマーコンサート

12月に実施して好評だった、上南音楽クラブのコンサートを開催します。ぜひお越しください。

日時 7月22日(土) 14:00~14:40

参加費 無料

申込 不要

野菜の地産地消コーナー



家の畑でたくさんできて、余って処分している野菜はありませんか？公民館に持ってきていただくと、ロビーに置かせていただき、必要な方が持って帰られます。形が悪いものなどでも、安全に食べることができるので、皆さん喜ばれています。ぜひご利用ください。なお、お持ち込みいただいた際には、事務室へお声掛けください。

ステンレスボトルの回収について

ご家庭で不要になったステンレスボトルを回収します。公民館ロビーに設置している専用ボックスに入れてください。回収したステンレスボトルはリサイクルされ、新しい製品に生まれ変わります。

★小学生対象の夏休み講座を計画中です！詳しくは、学校を通して配布されるチラシをご覧ください。

地域担当職員 岩部レポート

自らの地域は自らで守る！岡山市消防団津田分団

消防団は、それぞれに仕事を持ちながら、災害発生時には、いち早く現場に駆けつけて活動する地域に密着した組織です。上南地区には、津田、光政、九幡、金田の分団があります。市内の大会で上位の成績をおさめ、岡山県消防操法大会進出を果たした津田分団の訓練を見学しました。

「操法」とは、実際の火災現場を想定した基本訓練です。大会では消火技術の正確さとタイムを競います。現場さながらの緊迫した空気の中、指揮者の号令が響き渡り、規律に沿った団員の動作には息をのみます。

見どころは、20メートル巻きのホースを力強く前方に一直線になるように転がして延ばす、それから放水の瞬間です。消防ポンプ車に愛着をもって日頃から手入れしている人にしかできない動作は見応えがあります。

大会では、日頃の訓練の成果を存分に発揮していただきたいです。そしてこれからも上南地区の安全安心を守り続けてください。



休館日：毎週水曜日と祝日(7月5日、12日、17日、19日、26日)

開館時間：(平日) 9:30~21:00 (日曜) 9:30~17:00

写真でみる Kouminkan



苗の交換会 (5/26・27)



上南今昔絵図ウォーキング(5/27)
(漱石ロード・九幡方面)



上南高齢者大学(6/8)
「今が青春一生青春〜わが人生に定年は無し〜」



健康ウォーキング (6/16)
「初夏の児島湾岸を歩こう」



緑のカーテン
ゴーヤを植えました

上南地域づくり会議より

岡山市ふれあい介護予防センター

知っていますか？

私たちはシニアの皆様の健康づくり・介護予防を応援する医療・福祉の専門職機関です。



身近な場所での 健康づくりのお手伝い

地域で、仲間で、あっ晴れ!もも太郎体操を始めてみませんか? 集まれば、みんな元気に! 公民館でも毎週金曜日に開催!



みんなと学んで実践

公民館で毎月第2火曜日14時より、上南いきいき教室を開催しています。体操や脳トレ、健康づくりの情報をお伝えしています。



個別に相談

膝や腰の痛みや栄養、お口の状態、認知症など身体の困り事に対して専門職が相談にのります。

その他、簡単な健康チェックや健康づくりの話などをしに、地域のみなさまの集まりの場に伺うことができます。お気軽にお問合せください。

お問い合わせ: ☎086-274-5211
岡山市中区桑野715-2
上南学区担当: 川染

こういうことしようからいっぺんきてみられえ。－金田サロン－

代表：堀 中規さん

－サロンとはどういう集まりですか？

誰でも参加できる「井戸端会議」の現代版のようなもので、身近な場所での仲間づくりや交流を目的とした活動です。

－どんなことをしていますか？また今後どんなことをしてみたいですか？

金田サロンでは月に一度、金田分館に集まってお茶を飲みながら、近況について話したり、出前講座やイベントをしたりしています。具体的には、折り紙や編み物など手先を使うことや、工場見学、花見など、出かけるイベントを企画することもあります。出前講座は、交通安全について警察にお願いしたり、防災についての話や認知症の話をしてもらったりしています。今後は消防署のVR体験などをしてみたいです。



ひまわりのような笑顔です！

－運営する上で工夫していることは？

高齢者は朝から晩まで外出せず誰とも話をしないでいると、気力もなくなりフレイルになりやすくなります。

公民館でも講座などで機会を作っていますが、やはり公共交通の問題があり、行くことができない人もいます。近くに集まれるところがあればいこうかと思えるように、「こういうことしようからいっぺんきてみられえ。」と声をかけています。きっかけが大事ですから、場に溶け込めるように紹介をしたり、歩くのが大変な人は参加者が迎えに行くこともあります。参加者は健康維持に強い関心を持っているので、体操やウォーキングを取り入れる工夫をしています。

－公民館にこんな行事を企画してほしいというものがあれば教えてください。

ぜひサロンの集いを企画してほしいです。コロナ禍で減少したサロンを復活させ、今あるものをさらに活性化させ認知度を上げるには、場の設定が重要です。そして文殊の知恵で出てきた意見をまとめて関係機関との連携を強化し実現してもらいたいです。

(インタビューまとめ 地域担当職員 岩部)

上南今昔絵図第2版～沖新田八十八カ所納札巡り～

「九幡港と北前船－九幡港に北前船（北国廻船）問屋が建っていた？－」

江戸、明治期の海運を担った民間商船「北前船」は、北海道と大阪を日本海・瀬戸内海を経由して結んだ「西廻航路」を往復した。帆柱1本で進むため、黒潮に流される危険性のある太平洋側を航行しなかった。岡山県内では、倉敷市の下津井や瀬戸内市の牛窓などが寄港地として有名である。

北前船は江戸時代中期（18世紀中頃）から明治30年代にかけて、商品売り買いしながら運んでいた商社のような役割の船であった。1往復で1,000両（6,000万円～1億円）稼ぐものもあったという。

「九幡村史」によれば、往時の「九幡港は吉井川堤防の両側に、町の形態を整えた建物が十番あたりまで続き、まるで港町の観を呈していた。北海道から魚肥を積んでくる北前船は、純日本古来型の巨大な船で、1本柱に帆を揚げ入港してくる姿には威勢があった。小泉、田中、野田、堀家、太田（射越屋）、鉾石問屋等が軒を並べ、仲仕の帳場、人力車帳場も整備して勢いがあった」とある。

また、「西大寺町史」によれば、明治16年出版九幡港の往時の記録として、川崎源太郎「山陽吉備の魁（さきがけ）九幡港之部」に「北国廻船問屋 九幡港阿波事 藤原徳太郎」という記述がある。

さらに、岡山藩の公文書である池田家文書には、沖新田肥物問屋 外七番 友蔵（ともぞう）からの元治元年（1864年）の「今まで綿問屋を営んでいたが、北前船が寄港したので肥物（魚肥料）問屋をやらせてほしい」という内容の嘆願の記録がある。この友蔵については「上南今昔絵図」にも「布屋友蔵肥物問屋拜命」と外七番の荒神社付近に記述がある。

北前船の寄港地である玉島には、港付近の羽黒神社に北前船の船主から寄進された玉垣や絵馬が残っている。現在の九幡港にも、寛政8（1796）年建立の九幡最上稲荷神社があり、優雅な絵馬や遊女が寄進したと思われる燈籠も残されており、九幡港繁栄の面影をとどめている。



九幡最上稲荷神社内の縁起絵馬

文：「上南歴史を伝える会」奥山玲子

※北前船、九幡港、問屋に関する情報、話や写真をお持ちの方は、公民館までお寄せください。