第285号 2024. 5. 1

行:岡山市立興除公民館

(岡山市南区中畦589-1)

TEL·FAX:(086)298-2660

[E-mail] koujokouminkan@city.okayama.lg.jp [ホームページ] http://www.city.okayama.jp/shisei/0000011079.html

「ごみ減量・リサイクル推進週間公民館講座」 〜台所からはじめよう〜社会と私にやさしい暮らし①

食品の地食材無駄なし料理教



【日時】5月30日(木)10:00~13:00

【講師】 亀山 緑 さん

(公民館クラブ講師・料理研究家)

【定 員】 16名(先着順)

【材料費】 600円

【**持ち物**】 エプロン・マスク・三角巾・ふきん2枚・ 手ふき・お茶・筆記用具

【申込み】 5月6日(月) 9:30より受付開始

日々の料理で実践できる工夫を紹介

「食品ロス」とは、まだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう 食品のことです。使い切れない、食べきれない、賞味期限切れな ど、捨ててしまうのはもったいないですよね。食材を使い切る料理 や、余った食材の保存・活用など、食べものの無駄を出さない方 法を取り入れて、ご家庭での食品ロスを減らしましょう

【主催講座のお知らせ】

問い合わせ・申込みは、興除公民館へ(Tel298-2660)

第63回興除バリスタ・オープンカフェ 5月 「Enjoy♪ ゴスペル&コーラス」

■日時:5月25日(土) 14:00~15:30

■ 出演:Okayama Feast Gospel Choir

■ 曲 目:「ハナミズキ」「銀河鉄道999」 他

■会場:興除公民館・ロビー

■ 入場料:無料(申込み不要)



興除

6月 「かあちゃん」_(出演:岸恵子 2001年)

江戸時代の貧乏長屋を舞台に、人を信じ愛する ことを信条とするひとりの母親を巡る人情ドラマ。

■日時:6月21日(金)13:30~15:20 **俱**

■ 定員:30名(先着順)

■ 申込み:5月17日(金)9:30より受付開始部

※上記2講座では、興除バリスタによる香り高い珈琲 の販売(1杯100円)があります。ぜひどうぞ! (興除キネマは上映前のみの販売です。)

「防災語ろう会」オープン講座 6月)

「南海トラフ地震について、 備えを考えてみよう」

■ 日時:6月1日(土) 10:00~12:00

■講師:岡山市危機管理室 職員

■ 定 員:30名(先着順)

■ 参加費:無料 ■ 申込み: 受付中





身近にある材料で季節ごとにお家を彩ってみませんか。

■日時:6月10日(月)10:00~12:00

■ 内 容:『七夕飾り』をつくります。

■講師:大橋 しおりさん **■ 定** 員:16名(先着順)

■ 材料費:1,500円

■ 持ち物: 布用ハサミ

■ 申込み:5月13日(月)9:30より 受付開始

健康寿命を延ばして生涯元気に!!

医療・福祉の専門職が、軽運動や講話で「介護予防」 「健康づくり」の秘訣をお伝えします。

★日 時:時間はいずれも13:30~15:30

①5月24日(金)「快眠で健康な毎日を!~睡眠の 質を高める方法~」

②6月28日(金) 「見逃さないで! 認知症の一歩手 前の状態とは?」

_______ \乳幼児を持つ保護者の皆さん、一度お越しくださいませ/



■日時と内容 (時間はいずれも10:00~11:30)

5月17日(金) 段ボールで遊ぼう!

6月21日(金) 虫歯をなくそう(お口の健康紙芝居)

7月19日(金) 夏祭りだ、夜店ごっこをしよう!

9月20日(金) お月見しながら音楽会(オカリナ演奏)

10月18日(金) よ~いドン!で運動会

12月20日(金) メリークリスマス(エプロンシアター)

1月17日(金) 鬼は外!福は内!豆まきしよう!

2月21日(金) 楽しいひなまつり

3月14日(金) カラフル弁当でお花見しよう!

★対象·定員:乳幼児とその保護者·15組

★申込み:できるだけ、事前に。

▼ 裏面もご覧ください。

📵 水辺の生きもの観察会



公民館周辺の水路で魚などの生きものをつかまえます!

【日時】6月2日(日) 10:00~12:00

【集合場所】 興除公民館

【採取場所】 公民館東側用水路

【講師】 (株式会社ウエスコ)大嶋さん、久保さん、笹田さん

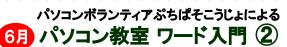
【定員】 先着15組(小学生以下保護者同伴)

【参加費】一人50円(保険代)

【持ち物】 水筒·軍手·長袖長ズボン(汚れてもよい服装) タオル・帽子・雨具・あれば虫取り網やバケツ

【申込受付】 4月27日(土)9時30分より開始

※曽根・興除・東疇小学校には4月中旬に申込用紙を配布 しています。



■ 日 時:6月6日·13日·20日·27日

いずれも木曜日 10:00~12:00

■ 内 容:ワードの機能を使って、回覧文書や案内文、 お品書きなどを作成します。

■ 必要経費:2,000円(全4回・テキスト代含む。)

■ 対象・定員:マウス操作・文字入力ができる人・10名

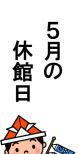
■ 申込み受付期間: 5月23日(木)~5月30日(木)

昨年度より活動をはじめ、興除ハーリスタオープンカフェ、子ども チャレンジ、地域未来塾、健康学びの森、そして文化祭と、 それぞれの場で活躍しました。今年度は昨年度より多くの機 会に活動する姿が見られると思います。声をかけていただけ れば幸いです。中高生の皆さんで参加してみたい人は、興 除公民館へ直接申し込んでください。

令和6年度 興除学区子育てミニ情報

興除中学校区内の認定こども園や保育園、おやこクラ ブ、子育て支援講座等の情報を集めた「興 除学区子育てミニ情報」ができました。 公民館窓口の他に、西保健センターにもあ りますので、ご利用ください。

日	月	火	水	木	金	±
			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	





終最や了、 を動お指 ラブです。 を 、とつても必の体操を なの体操を お ひの森」にもごは、館で開催の「は 学員の水 是 ちし 非 楽 で し 島 て 来しいク く笑って したり、 す い度ま見 の 9 は 月ま

10 時 S 12 水島典子さん

災語ろう

過程に分ナ ・「シャツフル」をグル ・「シャツフル」をグル ・「シャツフル」をグル ていただきましていただきました。 の 歩 ら、 さん 在 類た。 宅避 保 在 の険 規と長短所の説で。災害からの) すす 備会明め をするた えて安・ 社の対 <u>|</u>容を て した。 め 説避 い方 き 1) た。災に ま



す。

さ参気い。加軽皆 様 くに様 だごお

海川山市なるのまでた ど避難がなど で広範囲 難所生活で役立つも、紙食器の使い方な 紙緊 を 危 6 ことができました。 機月 一震について、 きいう とするもの はいま がな順番にも 1 な 日(土)で ことを確 空の「南

ロビー展のお知らせ

【絵手紙大好き 重松利佳さんと津村の交流展】

考

- ★期 間:5月10日(金)~23日(木) ※日曜日17時閉館
- ★出 展:津村幸宵子さん

ご家庭で使わないものを有効活用 「日用品ゆずりますコーナー」開設

家庭で使っていないものを公民館へ持ってきてください。 ほしい方にゆずって、活用してもらいます。

6月1日(土)~6月20日(木) 興除公民館 ロビー 【場 所】

【持ち込み対象物品】 食器・本・日用品・おもちゃ等

※身に着けるもの・破損・汚れたものはご遠慮ください。

※6月1日 (土)から持ち帰り可です。

※持ち帰る方がいなかった物品は、持ち込みした方に6月 21日(金)以降、引き取っていただきます。