

# 福田公民館だより

公民館が中学生ボランティアが考案したピクトグラムでラッピングされています！

第233号 2025.1.1  
 発行 岡山市立福田公民館  
 所在地 〒701-0203  
 岡山市南区古新田 1186  
 TEL・FAX(086)282-3773  
 \* ホームページアドレス  
<http://www.city.okayama.jp/shisei/0000011030.html>  
 \* Eメールアドレス  
[fukudakouminkan@city.okayama.lg.jp](mailto:fukudakouminkan@city.okayama.lg.jp)



公民館利用者の皆さまが、利用したくなる福田公民館  
 ・利用させたくなる福田公民館・協力したくなる福田公民館をめざして



## ご来館の皆様へのお願い (公民館のご利用に際して、次のことにご理解とご協力をお願いします。)

- ★申込みが必要な主催講座は、必ず事前に申し込んでください。申込みがない場合、当日のご参加をお断りすることがあります。また、FAX、eメールでの申込みは、館からの受付完了通知がない限り無効です。併せて、休館日に郵便受けに申込書を投函された場合は先着順等の公平性を欠くことから受理できません。
- ★講師及び主催者の許可がない場合、講座の録画・録音・撮影は禁止します。
- ★持ち物に共通する「お茶・水分補給のできるもの」の表記を割愛しています。必要な方はご持参ください。併せて、ウォータースタンドをご利用ください。(水筒、マイカップ持参をお願いします。)



福田公民館 Eメール



福田公民館 ホームページ



福田公民館 フェイスブック

## 明けましておめでとうございます

ハッピーな年になりませうように！

旧年中は福田公民館を多くの方にご利用いただき、ありがとうございました。また、昨年は猛暑が続いたこともあり、当館は「集いの場」「学びの場」「避難所」に加え、クーリングシェルターに指定されるなど地域になくてはならない施設として再認識されました。

本年も昨年に引き続き、「来館者の皆様が利用したくなる・利用させたくなる(誘いたくなる)・協力したくなる」公民館となるよう職員一同、努めて参りますのでよろしくお願い致します。

それでは、年明けにふさわしい、とてもおめでたい話題(表彰)の紹介から、新年、スタートです！



### その① 令和6年度総務大臣表彰 受賞！

正保弘行福田学区連合町内会長さんのこれまでの業績が認められ、栄えある総務大臣賞が贈られました。

正保さんは福田公民館運営委員会の委員長もお務めいただいております、公民館にとっても、とても誇らしい受賞です。



### その② 全国大会 優勝！

福田公民館クラブ講座の1つ、ディスコンサークルチーム(茗加和美さん、蜂谷慶子さん、中田貴美子さん)が、静岡県で行われた全国大会で優勝されました。

福田公民館ディスコンサークルチームは、これまでもにも全国大会を制覇されており、強豪として全国から注目されています。

ディスコン競技発祥の地は岡山市。岡山市福田学区の方が競技者として全国で大活躍されています。

これまた、公民館にとっても、とても誇らしい受賞です。



### その③ 福田公民館第2回ボランティアアワード！

福田公民館の活動の幾つかは、中学生ボランティア(福田中学校の生徒)による企画や運営によって進められています。

ボランティアとして顕著な活動のあった生徒7名に、公民館から賞状とトロフィーを贈り、一守校長先生を通じて全校生徒の前で表彰伝達が行われました。



◆ 開館時間 平日&土曜日 9:30 ~ 21:00 日曜日 9:30 ~ 17:00

◆ 休館日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日が祝日と重なる場合はその翌日木曜日とも休館日となります。)

※暴風警報・大雪警報・特別警報が発表された場合は通常業務を停止します。大雨警報の場合は通常業務です。

**寒い時期に温活しよう！**  
 ～20歳代～40歳代利用促進講座～

【日時・内容】

◆ 2/1(土)10:00～12:00頃

自分の体を見直していきながらのストレッチ、キックボクシングの動きを取り入れた有酸素運動、セルフマッサージを行います。ゆず茶、カレーまんて身体の内からポカポカに。

【講師】 公民館クラブ講師 仲村 道子 氏

【対象】 20歳代～40歳代 ※危険ですので、小さなお子様連れでの参加はご遠慮ください。

【定員】 20名

【参加費】 300円

【持ち物】 タオル、飲み物(水分補給)、室内用シューズ、動きやすい服装

【申込み】 1/6(月)9:30以降に、参加費を添えて窓口でお申し込みください。



**ボランティアによる**  
**パソコン救急室**

【日時・内容】 毎月第3土曜日 13:30～15:30  
1/18、2/15

【参加費】 100円 【持ち物】 パソコン 持って来られない場合は、貸し出します。

【申込み】 各日とも、前日 16:00 までに、質問内容をお知らせください。



**～ただいま準備中～**

詳細が決まり次第、ホームページ・チラシでお知らせします。お楽しみに♪

◆20歳代～40歳代利用促進講座  
『大人のための工作』  
食品サンプルを作ります。  
日時:1/25(土)13:30～15:30頃

◆おおむね60歳以上対象講座  
『大好き！Handmade』  
自然素材を使った作品作り。  
日時:3/13(木) 10:00～11:30

**「ホカホカの肉まん＆あんまん  
 &チョコまんを作ろう」**

【日時・内容】

◆ 2/22(土)10:00～13:00

【講師】 公民館クラブ講師 亀山 緑 氏

【対象】 小学4年生～6年生 先着12名

【参加費】 500円 (保険代含む)

小さいサイズの肉まん・あんまん・チョコまんの3種類を作ります。  
※公民館で食べて帰ります。

【持ち物】 筆記用具、お茶、エプロン、バンダナ(頭を覆うもの)、マスク、ふきん2枚、手拭き用タオル1枚

【申込み】 1/25(土)9:30以降に、参加費を添えて、窓口でお申し込みください。



**サロン笑福**



**サロン笑福**



【共催】傾聴ボランティアグループ 福のみみ

前半は、映画や音楽鑑賞など、毎回楽しい企画をご用意しています。後半は、コーヒーを飲みながらおしゃべりタイムをお楽しみください。

【対象】 おおむね60歳以上 先着20名  
【参加費】 無料



【日時・内容】 1/11(土) 10:00～11:30  
「綾小路きみまろ爆笑！エキサイトライブビデオ 2集(H17)」

【持ち物】 筆記用具  
【申込み】 受付中。窓口又は電話でお申し込みください。



【日時・内容】 2/8(土) 10:00～11:30  
「混声合唱」♪一緒に歌を楽しみましょう♪  
【出演】 福田公民館クラブ講座「混声合唱」

【持ち物】 筆記用具  
【申込み】 1/11(土)9:30以降に、窓口又は電話でお申し込みください。



## 子育てひろば わらべ

【主催】福田学区愛育委員会

お子様と遊んだり、他の参加者の方とお喋りしたり、愛育委員スタッフにアドバイスをもらったりして、ゆったりした時間をお過ごしください。

【日時・内容】1/16(木) 10:00~11:30



### 「お正月あそび」

【講師】岡山市西ふれあい児童館 職員

【申込み】受付中。窓口又は電話にてお申し込みください。

【日時・内容】2/20(木) 10:00~11:30



### 「カラフル影絵」

【講師】地域ボランティア 岡村 真美 氏

【申込み】1/16(木)9:30以降に窓口又は電話にて受付

### 各回共通

【対象・定員】乳幼児とその保護者 15組(先着順)

【参加費】無料

【内容】11:00~11:30は「ゆったりタイム」です。



## おはなしいっぱい

### おはなしいっぱいスペシャル

各回、絵本の読み聞かせや工作があります。

【日時・内容】\*場所:1階 実技室

◆ 1/18(土) 10:00~11:00

「へび年だよー！おめでとうニヨロ」

◆ 2/15(土) 10:00~11:00

「春にわくわく 何があるかなあ！」



【対象】どなたでも(工作ができない子供は保護者同伴でお願いします。)

【参加費】無料

【申込み】窓口又は電話にて受付



### おはなしいっぱい

【日時・内容】\*場所:1階 ロビー

◆ 1/25(土)、2/22(土) 10:30~11:00

【参加費】無料

【申込み】不要



## 【共催】岡山市ふれあい介護予防センター 晴ればれ 福田教室 (介護予防教室)

健康づくり、介護予防のための軽い運動と講話を医療・福祉の専門職がお伝えします。

〈事前申込不要〉

【日時・内容】毎月第3火曜日 13:30~15:30

◆ 1/21(火)

「知ってお得！いろいろな面から転倒予防を知ろう」

◆ 2/18(火)

「タイプ別 便秘解消でお腹から元気に」

【会場】公民館1階 実技室

【対象】概ね65歳以上 【参加費】無料

【持ち物】筆記用具、上履きと靴袋(なるべく)

\*運動しやすい服装でおいでください。

\*内容についてのお問い合わせは、岡山市ふれあい介護予防センターまで(電話 230-0315/8:30~17:00、土・日・祝日を除く)



## あっ晴れ！【共催】すこやか福田 もも太郎体操

【日時・内容】会場:公民館1階ロビー又は実技室

◆ 毎月第1~4金曜日 12:00~12:36

※ 1/31はお休みです。

毎回約30の方が参加されています。



健康市民おかやま 21 マスコットキャラクター「ももちゃん」



## 大人の名画鑑賞会

【日時・内容】

◆ 1/23(木) 10:00~12:10

「新春お笑い特集 やすし・きよし漫才独演会、綾小路きみまろ爆笑！最新ライブ名演集」

(1996・2011 日本)

◆ 2/27(木) 10:00~12:30

「五億円のじんせい」(2019 日本)

※各回共通

【定員】40名 【参加費】無料

【申込み】不要



📖 図書・雑誌の貸出と返却について 岡山市立図書館の図書をインターネット予約受取できます。📖  
【貸出】図書コーナーの図書:5冊まで+予約した図書・雑誌は5冊とは別に借りられます。貸出期間:2週間  
【返却】借りた公民館での返却をお願いします。岡山市立図書館から取り寄せられた本は岡山市立図書館とふれあいセンターへはお返しいただくことができます。

3 すべての人に健康と福祉を

## ええとこ発見！【主催】すこやか福田 すこやかウォーク

【日時・内容】 ※雨天中止・小雨決行

◆ 2/10(月)10:00出発 福田公民館集合

【コース】 古新田コース 5km

【定員】 40名(先着順) 【参加費】 無料

【持ち物】 飲み物、タオル

【申込み】 窓口又は電話にてお申し込みください。

★福田学区栄養改善協議会のご協力で、ウォーキング後にカレーライス提供を予定しています。

※詳細は、公民館にあるチラシをご覧ください。

★「OKAYAMA ハレ活プロジェクト」のポイント対象。



3 すべての人に健康と福祉を

## 健康教室 【主催】すこやか福田

【日時・内容】

◆ 2/21(金)10:00~11:45(受付開始9:40)

※野菜摂取量と血管年齢測定及び野菜レンジメニューの紹介と試食を予定。

【会場】 第1・第2講座室

【定員】 30名(先着順) ※詳細は、チラシをご覧ください。

【参加費】 無料

【申込み】 窓口へ公民館にある参加申込書を提出(電話不可)。



## 各種相談 【申込み】 不要

◆ 行政相談 毎月第3木曜日 13:00~15:00  
1/16、2/20

◆ 人権擁護委員による「なやみごと相談」  
1/16(木) 13:00~15:00

## 第45回福田公民館まつり 11月9日・10日



2日間で約1,000人の方にご来場いただき大盛況でした。

## ロビー展

◆ 「福田小学校 生徒作品展」  
1/16(木) ~ 1/23(木)午前中

◆ 「福田幼稚園 園児作品展」  
1/25(土) ~ 2/6(木)

◆ 「おおふくこども園 園児作品展」  
2/8(土) ~ 2/24(月)

◆ 「福田こども園・第二福田保育園 園児作品展」  
2/28(金) ~ 3/9(日)



## 福田公民館運営委員会・クラブ講座代表者会のお知らせ

◆ 第2回福田公民館運営委員会  
2/13(木)13:30~15:30

◆ 福田公民館令和7年度クラブ講座代表者会  
3/1(土)13:30~15:00

※ 出席対象は令和7年度の代表者です。  
(欠席の場合は、必ず代理の方がご出席ください。)

## 年末年始の閉館日・資源化物回収について

年末・年始の閉館日は次のとおりです。

令和6年12/28(土)~令和7年1/4(土)

☆年末年始は公民館の休館に伴い、資源化物の持ち込みができない期間があります。

・年末の最終回収…12月26日(木)午後4時まで業者による最終回収後、回収箱を撤去します。それ以降の持込みは厳禁です(不法投棄となります)。

・年明けの回収再開…1月6日(月)午前10時から

\*資源化物拠点回収についてのお問合せは、岡山市環境事業課まで(代表 803-1000)。



## 職員のつぶやき 連載:第11回目

やっと年金(一部ですが)を受給できる歳になりました夜間事務職員の長瀬です。

日中ご利用の皆さんには、なかなかお会いする機会がありませんが、遭遇しても決して怪しまないでください。

今年の冬は、猛暑からの暖冬かと思いきや、平年どおりに寒らしい…

ヘボゴルファーの私にとって暖かい冬にこしたことはありませんが、やはり冬は冬らしく寒くなければなりません。

公民館は、平日は夜9時まで開館しています。仕事帰りでもご利用いただけますのでぜひお立ち寄りください。  
長瀬 孝之

1月・2月の公民館休館日及び閉館(時間)【下線日:祝日】

1月の休館日 1日、2日、3日、4日、8日、13日、15日、22日、29日 2月の休館日 5日、11日、12日、19日、23日、26日