

公民館の部屋の仮予約が
ネットから簡単にできるようになりました！

「岡山市施設予約サービス」で公民館の部屋の仮予約がインターネットからできるようになりました。公民館窓口に来られなくても、スマートフォンやパソコンなどから簡単に利用できます。部屋の空き状況を見ることができます。従来通り、公民館窓口や電話での予約も可能です。

◎初回のみ利用登録が必要になります。
仮予約の可否を電子メールでお知らせするため、登録にはメールアドレスが必要です。

<https://yoyacool-harp.jp/okayamacity>



←こちらから
アクセス可能です。



令和7年度「津高防災キャンプ」

☆今年も開催します。日時や内容については今後お知らせします。
☆後日、ボランティアの募集も行います。皆様のご参加お待ちしております。

＜昨年度の様子から＞
講演：防災に関する講和
「これからの時代に役立つ必要な知恵」
講師：Team 桃太郎



消火訓練



心肺蘇生

フェイスブック

Instagram



SNS やってるよ～！
遊びに来てね！



令和7年度 津高文化祭 出演者・出品者募集

【日程】令和7年 11 月 15 日(土)、16 日(日)

【内容】実演発表・展示発表・即売など

【発表資格】
◆原則として津高地区に在住・在勤の方で津高公民館や地域コミュニティ等または小中学校で活動している方。

【文化祭協力金】
◆出展・出演 1 団体につき一人 200 円。
※中学生以下は無料
※発表時間、展示作品の大きさについては上限があります。また発表時間帯、展示場所など、ご希望に沿えないことがあります。

【お申し込み】 ☆申込締切:6／13(金)
◆津高公民館事務室にある「出演・出品申込書」に必要事項をご記入の上、文化祭協力金を添えてお申し込みください。

【注意事項】
◆第1回文化祭実行委員会
(展示場所、スケジュールの打合せ)
6 月 28 日(土)10:00～にご参加ください。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222
〔開館時間〕9時30分～21時（日曜日は17時まで）〔休館日〕水曜・祝日（水曜日と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

津高公民館だより

第196号 発行日:令和7年5月1日
発行:岡山市立津高公民館
〒701-1144 岡山市北区栢谷 1677
Tel・Fax 086-294-4222
tsudakakouminkan@city.okayama.lg.jp
<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011371.html>



メール ホームページ

主催講座案内

令和7年度 津高蒼樹会 共催：津高高齢者クラブ連合会

日 時	学習内容	講 師
6 / 3 (火) 10:00～12:00	開講式 パンフルートがつなぐ人と人の心	パンフルート奏者 今井 勉さん
7 / 1 (火) 10:00～12:00	在宅医療・介護と人生会議のすすめ	岡山市医療政策推進課 職員
8 / 5 (火) 10:00～12:00	時事問題について	山陽新聞論説主幹 岡山 一郎さん
9 / 2 (火) 10:00～12:00	岡山城と城下町を楽しむ ～新たな出会いと発見～	岡山市観光振興課 小野田 伸さん
10 / 7 (火) 10:00～12:00	館外研修	
11 / 4 (火) 10:00～12:00	特殊詐欺に気をつけよう (仮称)	岡山西警察署生活安全課
12 / 2 (火) 10:00～12:00	令和バンドG&B (ジジ&ババ)	板野 宏一さん 他
2 / 3 (火) 10:00～12:00	閉講式 いきいきシニアライフ 〈セロトニンを増やして元気生活〉	岡山県立大学名誉教授 井村 圭壯さん

【対象】 おおむね 60 歳以上の方 【申込】 各高齢者クラブまたは津高公民館まで。

2025 年度 公民館クラブ生による
出張出前講座

なかなか公民館に来られない人のために、サロンや集会所などへ公民館のクラブ講座生が無料出張いたします。サロンや健康教室でご活用下さい。

【実施クラブ】
★フレッシュマスカットオカリナ (60 分程度)
開催時期：6～9 月、12 月～3 月 要相談
★津高将棋クラブ (60 分程度)
開催時期：要相談
★みんなで歌おう会 (60 分)程度
開催時期：要相談
※詳しくは公民館にお尋ねください。

2025 年度 出張出前講座

なかなか公民館に来られない人のために、津高地域の皆さんのところへ無料出張いたします。サロンや健康教室でご活用下さい。

【実施内容】
★座ってヨーガ (60 分程度)
★ゆるりふらっと介護塾！！ (60 分程度)
★ピラティス&ボールエクササイズ (60 分程度)
★マジックショー (60 分程度)
★リンパマッサージで健康な
身体づくり！ (60 分程度)
★笑いヨガ (60 分程度)
★筆ペンで遊ぼう (60 分程度)
※詳しくは公民館にお尋ねください。

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222
〔開館時間〕9時30分～21時（日曜日は17時まで）〔休館日〕水曜・祝日（水曜日と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

令和7年度 津高シネマ（年間スケジュール）

【対象】どなたでも

【申込】不要

日 時	学習内容	講 師
5/27（火）13:30～	スパイの妻	2020年 日本映画（90分） 太平洋戦争開戦を控えた1940年代が物語の舞台
6/24（火）13:30～	美女と野獣	2014年 フランス・ドイツ映画（113分） 野獣は娘に恋をして、結婚を申し込むが…
7/22（火）13:30～	おくりびと	2008年 日本映画（131分） 青年が納棺師の仕事に誇りを見いだしてゆく物語
8/26（火）13:30～	アニーよ銃をとれ	1950年 アメリカ映画（107分） 実在の女性ガンマンの話をもとに作られた映画
9/30（火）13:30～	Little DJ 小さな恋の物語	2007年 日本映画（128分） 1970年代の名曲にのせた、淡い初恋と成長の物語
10/28（火）13:30～	独裁者	1940年 アメリカ映画（126分）【モノクロ】 アドルフ・ヒトラーの独裁政治を批判した作品
11/25（火）13:30～	グレンミラー物語	1953年 アメリカ映画（115分） スウィング・ジャズの創始、グレン・ミラーの伝記的映画
1/27（火）13:30～	シャーロックホームズ バスカヴィル家の犬	2014年 イギリス映画（100分） 原作コナン・ドイルの推理小説「魔犬伝説」の映画化
2/24（火）13:30～	大いなる幻影	1937年 フランス映画（114分）【モノクロ】 第一次世界大戦下の男の友情を描いた人間ドラマ
3/24（火）13:30～	黙して契れ	2010年 ベネズエラ映画（97分） ベネズエラの苛酷な現実を描き出したドラマ

津高ふれあい元気教室

健康づくりのための軽い運動や、講話を行います。

【日時・内容】5月20日(火) 13:30～15:30 「聞こえの講話（簡易の聴力測定）かんたん聞こえチェック」

【日時・内容】6月17日(火) 13:30～15:30 「知ってお得！いろんな面から転倒予防を知ろう」

【日時・内容】7月15日(火) 13:30～15:30 「体質タイプ別！食事で元気なカラダの作り方」

【対 象】おおむね65歳以上の方

【定 員】30名程度

【受講料】無料

【持ち物】筆記用具、上履き、飲み物

【申 込】不要

共催:ゆるりふらっと町づくりプロジェクト

ゆるりふらっと介護カフェ

認知症や介護についてお互いに話をしたり、専門職に相談したりできます。
楽しいイベントや軽い体操も行います。

【日時・内容】5月15日(木) 14:00～16:00 「MC I って何？軽度認知症について」

【日時・内容】6月19日(木) 14:00～16:00 「腰痛予防と膝関節症のお話」

【日時・内容】7月17日(木) 14:00～16:00 「認知症になる前に財産管理」

【講 師】ケアマネージャー、運動指導員、作業療法士、薬剤師など

【対 象】どなたでも

【定 員】20名程度

【参加費】100円(お茶代) ※当日集金

【申 込】必要（津高公民館または、ゆるりふらっと町づくりプロジェクト）

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222
〈開館時間〉9時30分～21時（日曜日は～17時）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）

ホタルを見る会2025

ホタル学習を通して、地域の環境について考えてみませんか。日程はホタルの状況に合わせて決定します。日程が確定次第、ご連絡させていただきます。

◎日程：5月下旬～6月上旬の夜(予定)

※詳しくはチラシをご覧ください

子育て講座

横井わんぱくクラブ、北区北保健センターとの共催で、子育てに関する講演や親子遊びの講座を、6月、9月、11月、2月に行います。未就園児対象。日程が確定次第、ホームページ、チラシにてご案内いたします。

もっと eco な公民館

ごみ減量・リサイクル推進週間

5/19(月)～6/9(月)

古本・食器の交換会にご協力ください

持ち込みの際は、事務所へお声かけください。
展示スペースに限りがありますので、数が多い場合は事前にご連絡ください。

資源化物回収について

津高公民館ではカン・ビン・蛍光管・スプレー缶の資源化物の回収を行っています。不法投棄はしない、コンテナが満杯になった場合は新しいコンテナを追加するなど、地域みんなで気持ちよく利用できるようご協力をお願いいたします。

【利用日時】開館日の9:30～17:00

津高公民館

マスカットギャラリー展

のご案内

5月 花架拳&練功十八法

音楽にのってゆったり深い呼吸で動きます。
一緒に楽しんでみませんか。
【活動日】毎週(金)13:00～15:00

6月 心身健康ヨガ

呼吸法や瞑想・ヨガなどでストレスを解消し、心身を健康へと導きましょう。初心者歓迎。
【活動日】第二、四(金)10:30～12:00

7月 津高写真クラブ

人物・祭りイベントや風景などの上手な撮り方を勉強しています。
【活動日】第二、四(土)14:00～16:00

津高公民館 職員の異動のお知らせ

＊お世話になりました ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

＊よろしくお願いします ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

この度、3年間お世話になった津高公民館から瀬戸公民館に転任することになりました。公民館に来館される方々の笑顔と地域の皆様方の励ましに支えられた3年間でした。感謝しております。瀬戸公民館でも、津高公民館で学ばせていただいたことをもとに笑顔あふれる公民館を目指して努めていきたいと思ひます。
最後になりましたが、津高公民館と津高地域のますますのご発展をお祈りしております。

社会教育主事 山本 歩理

令和7年4月1日付で津高公民館に参りました中山由貴です。公民館勤務は初めてなので、至らない点が多々あるかもしれませんが、一日でも早く皆様のお役にたてるよう頑張ります。ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

社会教育主事 白石 優

主事 中山 由貴

【各講座の申込方法】電話または直接ご来館の上、お申し込みください。 ☎086-294-4222
〈開館時間〉9時30分～21時（日曜日は～17時）〈休館日〉水曜・祝日（水曜と祝日が重なる場合は翌日木曜日も）