

ラポール～西大寺の心と心の架け橋  
RAPPORT KOMINKAN

# 公民館どおり



2025年11月1日 発行 第179号  
岡山市立西大寺公民館  
〒704-8115 岡山市東区向州 1-1  
TEL (086)942-6252  
FAX (086)942-0774



公民館Eメール

HP <http://www.city.okayama.jp/kouminkan/saidaiji/index.html>  
E-mail [saidaijikouminkan@city.okayama.jp](mailto:saidaijikouminkan@city.okayama.jp)

主催/おかやまエコマインドネットワーク 共催/西大寺公民館



## 子どもたちの食を守る ～地域を活かす農業と食の安全～

私たちの「食」について考えてみませんか？農業や食の安全・輸送による環境負荷・食品ロスなどについて考えましょう。

日時 12/7 (日) 10時～12時  
場所 第1講座室に集合  
受講料 無料  
申込 必要 (先着50人)・西大寺公民館へメールか窓口へ  
託児 1歳6か月以上に限る・1人につき300円

おいしい野菜の試食  
もあります☆  
アレルギー非対応です

### プログラム

- ①10:00～  
みんなで映画観賞  
『希望の給食』
- ②10:45～  
部屋移動
- ③11:30～  
意見交換と交流

### 《大人》講演会と試食

「野菜本来の生命力をいかす！  
持続可能な農業」  
農業生産法人 ワッカファーム  
代表 佐々木竜也氏

### 《子ども》簡単おかし作り

小松菜ケーキの予定です  
おかし作りに参加される方は  
エプロン・マスク・三角巾・手拭  
を持ってきてください  
\*アレルギー非対応です

## カフェ らぽーる

毎月第3火曜日に行っている、学びあり・おしゃべりありの気楽に集える場(カフェ)です。毎回コーヒー代100円と材料代が必要です。

- \* 飲み物持参の方は  
コーヒー代不要
- \* 都度、申込必要

## 快眠セミナー

睡眠に関するお話や快眠に導く実践法を、日本快眠協会認定おねむり講師・快眠体操指導士の方から教わります。

11/18(火)10時～12時  
場所 第1講座室  
定員 先着30人  
講師 快眠体操指導士  
山足玲子さん  
参加費 100円  
(足裏ボール代)

## 折紙のお正月飾り

折紙で華やかなお正月飾りを作ってみませんか？楽しくおしゃべりしながら作りましょう。

12/16(火)10時～12時  
場所 第1講座室  
定員 先着15人  
講師 origamigario  
山本さん  
材料費 300円



主催/さいさい子ども食堂サポーター・西大寺公民館

## 「さいさい子ども食堂」



みんなが集まる地域の居場所として「さいさい子ども食堂」を毎月開催しています。遊び等お楽しみコーナーもあります☆

※アレルギー対応はしていません。  
※11月は公民館まつりのため第4土曜日に変更

日時 11/22・12/20 (いずれも土曜)  
11時～13時  
場所 西大寺公民館 3階の部屋  
費用 子ども無料・高校生以上300円  
※同じ週の火曜日から受付 (定員100人)

申し込み  
はこちら



### 3月末迄

空調設備  
改修中

【第2講座室・第3講座室・和室・談話室】  
設備老朽化のため、大規模な入れ替え工事を行っています。上記の部屋は暖房が付きません。部屋を予約される際にご注意ください。(ストーブあります)

11月15日(土)は文化祭開催のため  
17時に閉館します

\*文化祭の詳細は中面をご覧ください

第51回 西大寺公民館文化祭

展示発表 (1階・2階・3階)

11月15日(土)10:00~16:00

11月16日(日)10:00~15:40

1階 西大寺愛郷会・マイ西大寺川柳・子ども英会話・子ども英語文法・短歌・手描友禅・押し花とネイチャープリント・日本語教室・草月流いけばな・さいさい子ども食堂 2階 油絵・草木の染色・パッチワーク・陶芸・いけばな小原流・いけばな親子教室 3階 手芸・盆栽・池坊みずき会・ストレッチ編み・レザークラフト・かなと実用の書・美笑流いけばな・和裁・アートクラブ・西大寺ディスコン・西大寺を愛する会・さいちゃんクラブ

お茶席・販売 (1階・2階・3階)

11月15日(土) \*すべてなくなり次第終了

・茶道裏千家(昼)…3階 10:00~15:00

1服500円・椅子席・14:30受付終了

・NPO法人けしごやま…3階 10:00~

コーヒーの販売

・ハローファクトリー…1階 11:00~

惣菜パン・お菓子などの販売

11月16日(日) \*すべてなくなり次第終了

・うどん亭つどい…3階 11:30~13:30

1杯500円(先着50食)

両日

・岡山友の会…1階 10:00~

クッキー等販売と家事家計コーナー

・バザー(各展示場所)

手芸クラブ・陶芸クラブ・レザークラフト

舞台発表 (1階 大ホール)

11月16日(日)10:00~15:40

Table with 2 columns: Time and Performance Name. Includes items like 琴伝流大正琴, 開会あいさつ, ジョイフルピアノ, (休憩), ギター, 尺八・しの笛, 菊水流剣詩舞, 楽踊会, (休憩), フィールドフォークを弾いて歌う会, 傘踊り, みんなわらわら皆足, オカリナフレンズ, 銭太鼓, 西高(ダンス&研究発表), (休憩), 大人のためのドレミ, 市民コーラス, 中野分館剣詩舞同好会, クラブ有志の合同演奏, 閉会あいさつ

予定の時間が前後することがあります。ご了承ください

文化祭は西大寺公民館の全クラブ講座が実行委員となり、協力して作り上げています

クラブ講座は…

受講生が自主的・主体的に運営し学んでいます。どのクラブ講座も毎月開催されており、見学することができます。ただし満員になっているクラブもあります。日程等はお問合せください。



西大寺公民館 HP クラブ講座一覧

令和8年度のクラブ講座 開設の申請

新しくクラブ講座の開設を希望される方も、現行のクラブで継続を希望される方も、公民館へ申請書を提出してください。学生の方も申請ができます。

【クラブ登録の条件】

- (1) クラブ運営は受講生が中心となり、自主的・主体的に行う。
(2) 人数は原則として10人以上とする。
(3) 回数は原則として、月2回以内、1回2時間以内とする。
(4) クラブ1回(2時間あたり)の受講料は1人500円を上限とする。
(5) 講師謝礼金は1回15,000円を上限とする。
(6) 活動期間は、令和8年4月~令和9年3月とする。

詳細は西大寺公民館までお問い合わせください。

★受付期限 12月6日(土)

注) 期限を過ぎると登録できません

まだ使える衣類・食器・日用品・雑貨・本などを無料で提供いただき、来館者のみなさんに自由にお持ち帰りいただきます

期間：12月1日（月）～12月13日（土）  
場所：1階ロビー

**利用上の注意**

- ☆ 持ち込みの方は**毎回**必ず事務室で受付をしてください
- ☆ 引き取り手がないものについては後日お持ち帰りいただきます
- ☆ 期間中はいつでも持ち込み・持ち帰りができます。

**持ち込み不可**

下着・肌着類・大型家電・直接肌につけるもの（化粧品やスプレーなど）・医薬品類・生き物・雑誌類・百科事典・破損・汚損があるもの・再利用できないもの

ダルマガエルキャラクター → 「ルマ」



12月ぐみゼロ  
もったいない市

**映画観賞会**

日程 毎月第2火曜日の10時～12時

11月11日  
「西鶴一代女（1952年/日本）」

12月9日  
「アフリカの女王（1951年/イギリス）」

1月13日  
「ねこのひげ（2005年/日本）」

場所 3階 研修室  
申込 不要・先着20人程度

**西大寺いきいき教室**

おおむね65歳以上の方が対象の介護予防教室です。動きやすい服装で、筆記具と飲み物をお持ちください。

日程 毎月第2木曜日の10時～12時

11月13日  
「みんなの知りたい！こころを元気にする方法」

12月11日  
「体質タイプ別！食事で元気なカラダの作り方」

1月8日(2026年)  
「お口のケアグッズの選び方・使い方」

場所 3階 第1講座室  
申込 不要  
受講料 不要

毎月定例の講座

**西大寺もも太郎体操クラブ**

日程 毎週金曜日の10時10分～

11月7日・21日・28日  
12月5日・12日・19日・26日  
1月9日・16日…

場所 1階 ロビー  
\* 申込不要・参加費不要  
\* 第2金曜日は11時頃～カフェ交流あり（珈琲代100円必要）

**レコードカフェ**

日程 毎月第2土曜日の10時～12時

11月8日・12月13日  
1月10日(2026年)

場所 1階 ロビー  
申込 不要  
参加費 1回につき100円(珈琲代)

**パソ遊ルーム**

パソコンに関する相談室です。どのような内容を相談したいか事前にお知らせください。

11月7日・11月21日  
12月5日・12月19日  
1月16日(2026年)

時間 13:30～15:30  
場所 3階 視聴覚室  
申込 必要・電話可  
参加費 1回につき100円と資料代



# Tại sao không giao lưu khi nấu ăn? miễn phí

Ngày 24 tháng 11 (thứ Hai), từ 10 giờ đến 13 giờ,  
tại Trung tâm cộng đồng Saidaiji,  
chúng ta cùng nấu món ăn Việt Nam  
và món ăn Nhật Bản, vừa trò chuyện  
vừa ăn nhé. Nếu bạn quan tâm,  
vui lòng đăng ký



Tham gia tại đây

## 料理で交流しませんか?

日本の料理やベトナムの料理を  
いっしょに作ってたのしみまし  
よう。だれでも参加できます。  
参加したい人は西大寺公民館へ  
連絡をください。

白にち 11/24(月曜日)  
じかん あさ10時から13時

\*日本人の方大歓迎です

### センセイ(1コマ45分)をすると...

- ✪ あなたが今までに学んだことをいかせます
- ✪ 教えることで、新しい発見や学びがあります
- ✪ 新しいつながりの場がうまれます



開校式 10:15~  
1時間目 10:30~11:15  
2時間目 11:35~12:20  
昼食休憩 12:20~13:15  
3時間目 13:15~14:00  
閉校式 14:10~

日時 令和8年2月1日(日)  
9時45分から14時まで  
会場 もと雄神幼稚園舎  
対象 子どもから大人まで(センセイは  
雄神学区以外の方も大歓迎です)  
応募締め切り 11月28日(金)

「雄神みんなで学校づくり」  
センセイ大募集

子どもも大人もセンセイになり、セイトになって遊ぶ「学校づくり」は次回で4回目！すてきな出会いと学びを楽しめる「楽校」を一緒につくりませんか？センセイをしてみたい！という方は要項を送りますので、西大寺公民館にその旨メールをお送りください。

## レコードカフェを担ってくださっている 石井利彦さんに聞く レコード音楽の魅力 連載コラム①

石井さんは東区政津で新聞販売店を営んでいらっしゃる方ですが、クラシックを中心に2000枚以上のレコードをお持ちで、真空管アンプを使って音楽を楽しんできた、たいへんな趣味人でもあります。

西大寺公民館では毎月第2土曜日の午前中、ロビーでレコードカフェを開いていますが、これは石井さんがたくさんのレコードを公民館に寄付していただき、ご自身の真空管アンプやスピーカー、レコードプレーヤーを公民館に貸して下さったことがきっかけでスタートしたものです。

昔はよくレコードを聴いていたけど、もうプレーヤーも捨ててしまって長くレコードは聴いていない

という方、レコードを捨てられずに何枚か残してあるという方もいらっしゃるのでは。そんな方にはぜひレコードを持ってカフェにおいでいただきたいのです。皆さんとおいしい珈琲を飲みながら、ひととき音楽と音楽談義を楽しみましょう。最近では、クラシックではなく昔の歌謡曲を聴くことが多いですよ。

さて、中には真空管アンプと聴くと、自分も大好きで真空管アンプの音を楽しんでいるという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そういう方にも関心を持っていただくため、カフェのマスター役を務める館長が石井さんにレコードやアンプのことを中心にお話を聴かせていただいたので、連載の皆様にご紹介させていただきます。