

# 足守公民館だより

第191号 発行:岡山市立足守公民館 2026年4月8日(水)

〒701-1463 岡山市北区足守718 電話・FAX(086)295-1942

Emailアドレス ashimorikouminkan@city.okayama.jp



Instagram  
@ashimorikouminkan



ホームページは  
こちらから！

にっこり ほっこり 地域・未来につながる 足守公民館

～主催講座のご案内～

公民館で学ぼう！

出会おう！活躍しよう！

Eco (え～こ) としよ～や～  
(ごみ減量・リサイクル推進週間環境イベント)

共催:福祉交流プラザ大井・大井児童館

足守生き物調査隊

バードウォッチング

4月18日(土)10時～12時

【講師】森本章男さん

【会場】足守公民館および近水園周辺(\*集合:足守公民館)

【参加費】無料【定員】30名

【持ち物】双眼鏡(ない方は貸出します。要予約)



足守川の生き物観察

5月9日(土)9時30分～12時(受付9時より)

川に入って魚とりと公民館で観察会をします。\*雨天中止

【会場】足守川河川敷及び足守公民館

\*集合場所:足守川河川敷(近水園北側、足守郵便局北側)

【講師】岡山淡水魚研究会のみなさん

【対象・定員】小学生から大人(小学生3年生以下は保護者同伴)20人

【参加費】無料【定員】20人程度

【持ち物】着替え、川の中に入れる運動靴、帽子、水筒

【申込み】必ず5月2日(土)17時までに公民館へ



こどもフリーマーケット お店を出してみよう！

5月30日(土)10時～12時

小さくなって着られなくなった服・制服、使わなくなったおもちゃ・文房具、手作り品など出品してください！

\*営利目的の方はご遠慮ください。

【出店できる人】どなたでも(小学生以下の方は保護者同伴)

【会場】足守公民館 2階講座室

【定員】10組【出店料】無料

【申込み】5月22日(金)までに公民館へ

◆店長会(打合わせ会)5月23日(土)13時30分より開催

出店希望の方は必ずご参加ください。



食器の交換会

【期間】6月1日(月)～6月13日(土)

家で眠っている食器はありませんか？期間内に持ち込み、持ち帰りください。どちらかだけでも構いません。(無料)

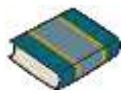
(注)破損、汚れのあるものは持ち込めません。余った食器は期間終了後、持参された方が引き取ってください。

本の交換会

【期間】6月15日(月)～6月27日(土)

読まなくなった本や絵本を他の方に読んでもらいませんか？期間内に持ち込み、持ち帰りください。(無料)

(注)持ち込める本は ISBN(国際標準図書番号)が記載され、汚れ破損のない本です。また、雑誌、全集や事典はご遠慮ください。\*残った本は、書籍やDVD等を株式会社バリューブックスに送ることで、NPOに寄付できる仕組みの「チャリボン」に寄付します。



「福祉交流プラザ大井」や「大井児童館」でも別に環境イベントを計画しています。

詳細は各施設におたずねください！

えほんのもり ★時間 10時～11時★

絵本の読み聞かせや工作などを楽しみましょう！

4月25日(土)

春をさがしてさ・ん・ぽ(くさばなあそびなど)

\*集合は足守公民館へ \*帽子、水筒を持ってきてね！

5月23日(土)カエルであそぼ！

【参加費】無料

あしもり子育てサロン

助産師のみゆきさんとおしゃべりしましょう！

子育て中の保護者さん、妊婦さん、プレ妊婦さん、お気軽に公民館へお立ち寄りください！赤ちゃん、お子さん連れでどうぞ！

【日時】5月7日(木)、6月4日(木)

いずれも10:00～11:30

\*場所:足守公民館 1階 和室・福祉室

\*参加費:無料 \*定員:5組(要申込)




<開館時間> 9時30分～21時(日曜日は17時まで)

<4・5月の休館日>毎週水曜日および4/30(木)、5/3(日)、5/4(月)、5/5(火)

# 足守ことぶき教室

★日時は原則第2月曜日 10時～12時  
☆は定例日から変更になっています。

回	日時	内容 (予定)
1	5月11日(月)	<b>開講式</b> ふるさと再発見「古墳がいっぱい」 コフニスト 和気誠二さん
2	6月8日(月)	戦後81年 平和の尊さ 岡山大空襲を振り返る 遺族会のみなさん
3	7月13日(月)	岡山フィルハーモニック管弦楽団 ♪サマーコンサート♪
8月		休み
4	9月14日(月)	<公開講座> まち、川、里の自然物語 ～自然共生サイト「粟井・杣の道」ほか～ 岡山の自然を守る会 友延栄一さん
5	☆10月19日(月)	アフリカのラメラフォン及びその音楽文化について ノートルダム清心女子大学准教授 松平勇二さん
6	11月9日(月)	<b>研修旅行</b> - 計画中 - 
7	12月14日(月)	大原孫三郎の功績 語らい座 大原本邸館長 門利博子さん
8	☆1月18日(月)	サブりのリズムーブ体操&トークで笑顔に! studio solace241 主宰 サブリン(佐藤恵子)さん
9	2月8日(月)	知ろう認知症 支えよう大切な人 岡山市北区北地域包括センター高松分室職員
10	3月8日(月)	春を迎える 箏と尺八コンサート♪ 箏曲アカデミー岡山・都山流尺八のみなさん <b>閉講式・企画会</b>

# あしもりウォーク

仲間と一緒に歩きましょう!

**4月21日(火)9時30分～11時30分**  
～春の足守を歩こう～

【集合】足守公民館 9時30分

※ウォーキングは1時間程度で、公民館に到着後、打合わせを行います。

【持ち物】帽子、飲み物

【申込】4月14日(火)までに足守公民館へ



**5月19日(火) 9時～11時**

総社・国分寺方面

【集合】決定次第お知らせします。

【申込】5月12日(火)までに足守公民館へ

# あしもり みんなの食堂みらい



子どもから大人まで、一緒に食事をして交流しましょう!調理も参加できます。

【日時】①4月19日(日)10時～14時  
②5月16日(土)10時～14時

【メニュー】

- ① カレーライス、サラダ、デザートなど
- ② 親子丼、おひたし、デザートなど

【食事代】300円(高校生以下無料)  
+100円でコーヒーも

【定員40人】要申込

受講を希望される方は…

〈対象〉60歳以上の地域在住の方

〈年会費〉2,000円(郵送料・コンサート参加費など)

\*お申し込みは、年会費をそえて公民館まで

\*研修旅行は、別途申込み・参加費が必要です。

9月14日の<公開講座>は会員以外の方も参加できます。



# スマートフォン教室

初心者向け

いろいろな使い方を知って、便利な生活を!

毎回、講義の後半に個別相談の時間もあります。

【日にち・内容】5月16日(土) スマホの基本操作

【時間】10:00～11:30

【講師】スマホの保健室(移動通信端末診断士)のみなさん

\*参加費:無料 \*定員:10人(先着順)

\*持ち物:スマートフォン、筆記用具

\*申込み:4月9日 9時30分より受付(先着順)



# 園芸教室

## 多肉植物の寄せ植え

かわいい素焼きの鉢にあなたなりの苗をアレンジしてみてください!

【日時】4月24日(金)13:30～15:00

【講師】岡部悦子さん

\*参加費:1,500円(当日集金)

\*定員:8人(先着順)

\*持ち物:ピンセット、霧吹き、筆記用具



いづれも申込みは  
4月9日(木)より

## タネから育てる草花

夏から秋にかけて咲く草花(春まき一年草)の

タネまきや鉢上げ、育て方など教えていただきます。

【日時】5月21日(木)13:30～15:00

【講師】岡山市公園協会職員

\*参加費:300円(当日集金) \*定員:12人(先着順)

\*持ち物

筆記用具・ビニール手袋・持ち帰り用箱またはマチ付紙袋



### 足守ふれあい元気教室 ★原則毎月・第1火曜

～介護予防教室(講義と体操)～

5月12日(火) 膝の健康を守る! 今日からできる習慣

6月2日(火) 声で若返り! お口と体の健康習慣

〈時間〉10時～12時

〈対象〉おおむね65歳以上の方

〈内容〉介護予防に関わる講話・実技

〈参加費〉無料 〈申込み〉不要

〈持ち物〉筆記用具・飲み物



### おみずサロン ★毎月・第4木曜

おしゃべりや脳トレ、運動なども。一緒に楽しく過ごしましょう! どうぞお気軽にお立ち寄りください。

【日時・内容】4月23日(木) 近水園を散歩しましょう!

\*集合は足守公民館へ

5月28日(木) お手玉づくり

\*この回は裁縫道具が必要

\*時間:10時～12時

\*参加費:茶菓子代 1回100円

### 公民館カフェ

★原則毎月・第1月曜

おしゃべりしたり お茶をのんだり...♪涼しい公民館へどなたもお気軽にいらしてください! 申込不要です。

おいしいコーヒーを、ご用意してお待ちしています。

【日時】6月1日(月) \*5月は休み

10時～12時



\*参加費:コーヒー、お茶、紅茶、1杯100円(お菓子付)

### あしもりシネマ



土曜日の午後は、公民館で映画を楽しみませんか

【日時】6月6日(土)13:30～15:20

【上映作品】「ラストダンス～離婚式～」(2001年 日本)

(あらすじ)離婚に踏み切れない100組のカップルが豪華客船クルーズの中でダンスをレッスンし優勝賞金を争い、最後に離婚式を迎えるというTVの企画。旅中に自身を見直し、それぞれのカップルの変化が起こるのか?

### その他の主催講座

#### パソコン学習会

★毎月・第2・4火曜日★10時～12時

4月14日、28日、5月12日、26日



#### 足守笑顔教室

おかやまもも太郎体操・市民体操などのDVDをみながら体操

★毎月・第1～4金曜日★10時～11時

4月10日、17日、24日

5月1日、8日、15日、22日、29日



#### 足守中学校区防災会議

★月1回土曜日 17時～19時

\*地域の防災に関心のある方は、お気軽にお越しください。

#### プログラミングと電子工作クラブ

★毎月・第3日曜日 15時～17時

4月19日、5月17日

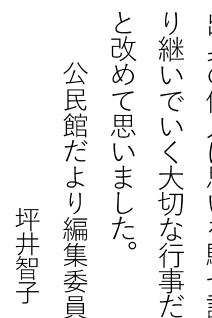


ていました。

まず利玄の生涯について五年生がグループ別に調べたことを発表しました。利玄が五歳で利恭の養子になり、親と離れて東京へ行ったこと、両親との死別、子どもの死などについて、自分だったら...との気持ちも付け加えてわかりやすい発表で、短歌の特徴にもふれていました。

足守小学校 利玄祭  
利玄祭は、足守出身の歌人「木下利玄」の遺徳をしのぶ足守小学校恒例の行事で、毎年、利玄の命日に近い平日に行われています。今年は二月十六日に近水園(おみずえん)の木下利恭(足守藩第十五代藩主)記念碑の前で行われました。全校児童が参加し、進行も児童が務めました。

公民館だより編集委員が取材に行ってきました!



曇り空で冷たい風の吹く中でしたが、みな一生懸命聞いていました。多方面の視点から調べてあって、すばらしいなと思いました。次に二学年ごとに利玄の短歌の暗唱、続いて黙とう、校歌斉唱、校長先生のお話がありました。五年生は、午後から大光寺に利玄のお墓参りに行ったそうです。利玄祭に向けて全学年がそれぞれに取り組んだ様子がよくわかりました。郷土出身の偉人に思いを馳せ語り継いでいく大切な行事だと改めて思いました。



木下利玄の歌  
牡丹花(ぼたんくわ)は咲き定まりて静かなり  
花の占めたる位置のたしかさ

### ちょっと気分転換

4文字熟語にしましょう! ○には同じ漢字が入ります。

- ① ○喜○憂
- ② 以○伝○
- ③ 右○左○
- ④ 得○勝○
- ⑤ ○○自適
- ⑥ 海○山○
- ⑦ 青○吐○
- ⑧ 是是○○
- ⑨ 意気○○
- ⑩ ○○辛苦
- ⑪ ○朝○夕
- ⑫ 有○無○



# あっちこっち

## 見てある記

### 星神社御旅所



広域農道の吉(金谷)から吉備新線へ抜ける道の間あたりに、星神社御旅所というところがあります。

地元の方や星神社の宮司さんに何をするとお聞きしてみると、「神輿が休憩するところ」だそうです。えっ?それだけですか?

コロナ禍前には大勢の人で食べたりカラオケをしたり等の催しもあったそうですが、今はお神輿が集まって祭祀を行うだけだそうです。氏子の高齢化などで催しは復活されてないそうで残念ですね。



また、昔は神輿を置く建物もあったそうで、石柱の足元にある瓦がその名残でしょうか?

今は鳥居と石柱が建っているだけですが、神社の敷地というだけあって、きれいに手入れがされていて、厳かな雰囲気です。それにしても、瓦のかけらが

菊の紋と言い鳥居の扁額が「星神宮」となっているのは、皇室とゆかりがあるのでしょうか?



グーグルマップには、なぜか「御旅取」と載っています。石柱の文字を見ると「取」とも読めそうでしたので、それを見た誰かが「御旅取」と掲載を申請したのでしょうか。星神社そのものはパワースポットとして人気で、県外からも訪れる人がいるようです。境内にある天津社もクラウドファンディングでの再建が始まっており、ますます来訪者が増えそうです。「御旅所」もセットで知ってもらえるといいのになと思います。

公民館だより編集委員

文・福田瑞江

写真・岡嶋信男

## 足守公民館ロビー展のご案内

- 楽しい絵手紙クラブ  
4月3日(金)~5月15日(金)
- 水彩画クラブ  
4月3日(金)~5月15日(金)
- ヒロシマの高校生が描いた「原爆の絵」展  
5月21日(木)~5月23日(土)  
〔主催〕新日本婦人の会岡山支部

## 地域情報

- 行政相談  
4月15日(水) 福祉交流プラザ大井にて  
5月14日(木) 足守公民館にて  
いずれも10時~12時・相談無料



足守中学校区  
生活サポート

## チームねこの手



日常生活のちょっとした困りごと(電球交換、資源化物回収の補助、庭の草取り、買物代行など)をお手伝いするボランティアチームです。お気軽にご相談ください!

- ◆対象:足守中学校区にお住いの、おおむね80歳以上の高齢者世帯
- ◆活動時間:1時間程度
- ◆協力金:作業内容によって1時間100円~500円いただきます。
- ◆申込み:足守公民館へお電話ください。

### 足守公民館クラブ講座紹介

## 腰ひざ痛ケア体操クラブ

「腰が痛い」「ひざが気になる」「体が硬くなってきた」そんな方のためのやさしい体操です。

体をゆっくりほぐしながら腰やひざを支える筋肉を無理なく動かします。講師より健康のお話や、一人一人に合った体操のアドバイスもいただけますよ。

【日時】第1・3金曜日 13時~14時

【場所】足守公民館 2階 講座室

\*見学・体験いつでも可能です。

### ちょっと気分転換(3頁)の答

- ① 一喜一憂 ② 以心伝心 ③ 右往左往 ④ 得手勝手
  - ⑤ 悠々自適 ⑥ 海千山千 ⑦ 青息吐息 ⑧ 是是非非
  - ⑨ 意気揚々 ⑩ 粒粒辛苦 ⑪ 一朝一夕 ⑫ 有象無象
- いかがでしたか?次回もお楽しみに♪