



### スローライフでいこう！

様々な視点から「豊かさ」について考える講座です。

- 【日時・内容】
- ① 5月 26日(月)「健康と環境を考えよう」
  - ② 6月 23日(月)「フリーズドライの魅力と進化」
  - ③ 8月 4日(月)「核兵器のない世界はつくれる?!」
  - ④ 9月 20日(土)「PFAS どんない物質? どう危険」
  - ⑤ 10月 23日(木)「庭瀬線の支線バスについて」
  - ⑥ 11月 27日(木)「知ることは障がいをなくす!」
- ※ 時間 ①②⑤⑥は 10時～12時  
③④は 13時 30分～15時
- 【定員】 20人 【受講料】 無料
- 【申込】 5月 6日(火) 9時 30分～ 窓口・電話

### ええとこ発見！ウォーキング

- 吉備・陵南いきいき 21 推進委員会主催
- 吉備の中山史跡コース(2km)を歩きましょう。
- 【日時】 5月 15日(木) 10時～12時  
(雨天時は室内で体操)
- 【集合】 東花尻公民館(北区東花尻 440)
- 【コース】 東花尻公民館→題目石→天神社→  
花尻八幡宮→尾上車山古墳→妙傳寺
- 【対象】 吉備中学校区にお住まいの方
- 【定員】 40人
- 【受講料】 無料(ルディックボールを借りる方は 300円)
- 【申込】 受付中 窓口・電話(5月 9日まで)

### 庭瀬かいわい案内人

- ボランティアが地域の歴史・名所を案内します。
- 【日時】 6月 17日(火) 9時 30分～12時  
雨天時は公民館でミニ講座(10時～11時)
- 【集合】 八幡神社(北区川入 1165)
- 【内容】 花尻かいわいをめぐる C コース
- 【定員】 20人程度(先着順)
- 【申込】 6月 5日(木) 9時 30分～ 窓口・電話

### ひだまりサロン

- みんなの居場所と出番づくりの場です。
- 【日時・内容】
- ① 5月 31日(土) 13時～15時 30分  
「ひだまり音楽会」  
出演: オカリナアイリス  
吉備シンフォニックバンド
  - ② 6月 16日(月) 10時～12時  
「和アートで描く初夏のお便り」
- 【定員】 ①50人 ②15人
- 【受講料】 ①無料 ②材料代 500円
- 【申込】 5月 9日(金) 9時 30分～ 窓口・電話

### さんかくウィーク2025 公民館行事

- 生前整理を前向きにとらえ、自分らしい生き方を考えましょう。
- 【日時】 6月 26日(木) 10時～12時
- 【内容】 「よりよく生きるために♥ココロとモノを整理しよう(生前整理について)」
- 【講師】 (株) ココピア 家じまいアドバイザー  
岡山市 ESD・SDGs 出前授業講師  
藤原 真由美
- 【対象】 一般 40名 【受講料】 無料
- 【申込】 5月 24日(土) 9時 30分～ 窓口・電話

### 中高年男性・料理に挑戦！

- 男性のみなさん、一緒に料理を始めませんか。
- 講師はいませんが、各月の担当グループがメニューを考え、買出しに行き、楽しく調理をしています。
- 【日時】 毎月第 3 土曜日 10時～13時  
全 8 回 初回は 5月 17日(土)
- 【定員】 24人
- 【対象】 中高年男性
- 【材料代】 1 回 500円程度(初回に 2,000円集金)
- 【申込】 5月 2日(金) 9時 30分～ 窓口・電話

### この指と～まれ♪

- 子育て中の方が、子どもと遊びながらゆっくり過ごす場です。お気軽にご参加ください。
- 【日時・内容】
- ① 5月 22日(木) 11時～12時「室内あそび」  
場所: 中国学園短期大学(学生企画)  
受付: 10時 30分～
  - ② 6月 19日(木) 11時～12時「屋外あそび」  
場所: 中国学園短期大学(学生企画)  
受付: 10時 30分～
- 【対象】 未就園児を子育て中の方、妊娠中の方
- 【申込】 ①②とも 5月 8日(木) 9時 30分～  
電話・窓口

### ディスコンの会

- 岡山県で誕生したニュースポーツ、ディスコン。幅広い世代の方、初心者の方でも楽しめます。
- 【日時】 6/24、7/22、9/30、11/25、  
1/27、3/24(全 6 回)  
全て火曜日 13時～15時
- 【定員】 20人
- 【申込】 5月 15日(木) 9時 30分～ 窓口・電話

### だべろう会

- 男女問わず、様々なテーマでおしゃべりします。
- 【日時】 5月 13日(火)、6月 10日(火)  
いずれも 13時～15時
- 【定員】 20人程度(先着順)
- 【費用】 毎回 100円(お茶代等)
- 【申込】 受付中 窓口・電話

### 吉備ふれあい元気教室

- 医療・福祉の専門職が軽い運動や講話を行います。
- 【日時】 毎月第 2 木曜日 10時～12時
- 【場所】 吉備公民館
- 【対象】 概ね 65 歳以上の岡山市民
- 【受講料】 無料
- 【持ち物】 マスク・筆記用具・飲み物
- 【申込】 岡山市ふれあい介護予防センター北事務所  
TEL (086) 251-6517

### 水辺のいきもの観察会

- 身近な用水路で生きる小さな生き物を探しましょう。
- 【日時】 5月 31日(土) 9時 30分～12時  
雨天時は吉備公民館でお話を聞きます。
- 【講師】 松本 英子さん(岡山淡水魚研究会)
- 【対象】 小学生～大人(小学生は保護者同伴)
- 【費用】 保険代として 1人 30円
- 【申込】 5月 10日(土) 9時 30分～  
窓口・電話

### 吉備おもちゃの病院

- 子どもたちに物を大切にすることを育ててほしいとの願いで、ボランティアドクターがおもちゃを治療します。現在、入院(お預かり)をして治療が済みましたら、ご連絡する方法で行っています。
- 【日時】 5月 24日(土)・6月 28日(土)  
9時 30分～12時 ☆受付は 11時 まで
- 【持込数】 1 家族 2 個まで

### パソコン教室

- 【日時・内容】 ※時間は 13時 30分～15時 30分  
「インターネット活用講座」(全 2 回)  
6月 10日(火)・17日(火)
- 「エクセルの初級～中級」(全 3 回)  
7月 8日(火)・15日(火)・22日(火)
- 【定員】 7人(先着順)
- 【実費】 1 回 500円(当日集金)
- 【申込】 5月 20日(火) 9時 30分～ 電話・窓口

**「ボンジュール・パソ」ボランティアメンバー募集**

パソコンが好きな方、ボランティアに興味がある方、一緒に活動しましょう！活動日は主に火曜日です。

**★世界の‘家’を考える**  
～暮らしを守り未来をつくす～  
国際 NGO アドラ・ジャパン  
5月 15日(木)～29日(木)

**★重度重複障害児(者)の美味しい食育と楽しい運動** NPO 法人リトルサン  
6月 5日(木)～19日(木)