



とみやまだより

第343号 2025年5月1日発行
 発行元 岡山市立富山公民館（中区福泊246-1）
 Tel&Fax (086)274-0827

ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010994.html>
 E-mail tomiyaamakouminkan@city.okayama.lg.jp
 フェイスブック <https://m.facebook.com/TomiyaamaKouminkan>

子育て座談会

子育てについて悩みや不安を感じていませんか？みんなで話し合うことで子育てのヒントを得たり、元気につながったりする機会になればと思います。今回は、多様な状況にある生徒たちが学ぶ通信制高等学校、第一学院高等学校岡山キャンパス長・杉村 晴子さんに話題提供していただきます。



〈日 時〉 5月30日(金)18時30分～20時30分
 〈場 所〉 富山公民館 2階 第2講座室
 〈対 象〉 子育て中の方、子どもと関わっている支援者の方 など
 〈受講料〉 無料 〈定 員〉 20名(先着順)
 〈申込み〉 富山公民館まで

関節ケア教室 ～腰編～

自分の関節の状態を把握し、身体を正しくケアする方法を学びます。今回のテーマは「腰」です。



〈日 時〉 5月29日(木)13時～15時
 〈内 容〉 関節の構造、筋肉の動きについての講義 / 関節可動域の測定 など
 〈講 師〉 佐藤 諭さん(そら整骨院 院長 柔道整復師)
 〈定 員〉 先着15名 〈受講料〉 無料
 〈申込み〉 事前申込が必要です。5月12日(月)9時30分より公民館窓口・電話で申込受付を開始し、定員になり次第締め切ります。

富山いきいき教室

高齢者をはじめ多くの方が仲間と一緒に、新たな学びで生きがいや安心な生活を手に入れましょう。



〈日 時〉 5月23日(金)13時～15時
 〈内 容〉 「多肉植物の寄せ植え」
 ～新しい大切な家族が出来た～
 〈講 師〉 砂田 芳宏さん(砂田園芸 代表)
 〈対 象〉 おおむね65歳以上の方 〈定 員〉 30人(先着順)
 〈受講料〉 無料 ★材料費 1,000 円が必要です。当日集金します。
 〈持参物〉 ビニール手袋、持ち帰り用袋
 〈申込み〉 事前申込が必要です。公民館窓口か電話で受け付けます。

共催:富山の自然を楽しむ会

倉安川をきれいにしよう

富山学区内の倉安川の清掃活動を行います。(雨天中止)



〈日 時〉 6月8日(日) 9時30分～11時
 〈持ち物〉 軍手、あれば火ばさみなどの清掃道具
 〈集合場所〉 富山公民館 〈申込み〉 富山公民館へお申し込みください。

環境バスツアー

～プラスチックごみ回収と水質浄化について考える～

〈日 時〉 6月30日(月) ※雨天決行 9時集合、15時30分頃解散
 〈参加費〉 一人4,500円(昼食代込) 〈定 員〉 20人(先着順)
 〈見学先〉 ・児島湖流域下水道浄化センター(見学・昼食)
 ・藤クリーンプラスチック資源循環センター(見学)※岡山市で回収されたプラスチック資源の中間処理を担う施設です。
 〈申込み〉 5月12日(月)9時30分から6月20日(金)17時まで公民館窓口で受け付けます。参加費を添えてお申し込みください。

ぐるんぱの会 ～みんなで知ろう発達障がい～

発達障がいや子どもの育ちについての学習、情報交換の場です。不安や悩みを出し合い、肩の力を抜いてほっと一息つきませんか。

〈日 時〉 5月17日(土) 14時～16時
 〈場 所〉 富山公民館 2階 第1講座室
 〈定 員〉 20名(先着順) 〈実 費〉 100円(お茶代)
 〈申込み〉 富山公民館まで (定員以内なら当日参加も可)
 〈託 児〉 定員7名、託児料300円(お申し込みは1週間前まで)

岡山市立富山公民館「ごみ減量・リサイクル推進事業」 共催:富山学区婦人会

食器、学用品のリユース会

家庭で購入したり、もらったりしたものを活用できずためておられませんか？そんな食器や学用品をこの機会にお持ちください。

◆持ち込み…不要になった食器、学用品を事務室にお持ちください。

◆持ち込み期間 5月24日(土)～5月29日(木) 開館時間内
 (5月28日(水)は休館日のため受付しません)

- 食器…きれいに洗っている/破損していない/使用可能なもの
 ※ 花器、おぼん、プラ容器、ナイフやフォークなどは不可。
- 学用品… B5ノート/鉛筆/シャーペン/赤鉛筆/蛍光ペン
 消しゴム/下敷き/はさみ/のり/クリアファイル/ペンケース
 ※ 未使用で状態のいいものに限る。おもちゃや衣類は不可。
 * 受付の際、内容確認させていただきます。場合によってはお持ち帰りいただくことがあります。

◆リユース会…集まった食器、学用品を自由に持ち帰っていただけます。持ち帰り用のマイバッグ等をお持ちください。

◆日 時 5月31日(土)10時～15時
 6月 1日(日)10時～14時

◆場 所 富山公民館 1階 美術工芸室
 ※混雑時は危険防止のため入場を制限することがあります。

富山映画会

5月 深夜食堂 ディレクターズカット版 第1話～第3話

2009年 75分 監督:松岡 錠司ほか 主演:小林 薫
 〈日 時〉 5月8日(木) 10時30分～12時 〈受講料〉 無料
 〈定 員〉 40人(先着順) 〈申込み〉 受付中

6月 「三文オペラ」 1931年 独・英 白黒 108分
 監督:ゲオルク・ヴィルヘルム・パープスト 主演:ルドルフ・フォルスター
 〈日 時〉 6月12日(木) 10時～12時 〈受講料〉 無料
 〈定 員〉 40人(先着順) 〈申込み〉 5月8日(木)9時30分～

パソコンチャレンジコーナー

事前申込みが必要です。ご注意ください。 ※One Drive は、ネット上に書類を保存できるマイクロソフト社のサービスです。
 〈内 容〉 「One Drive を知ろう」(全2回)
 〈日 時〉 6月 9日(月) 10時～12時
 6月27日(金) 13時～15時

〈参加費〉 1回200円 〈テキスト代〉 1部100円
 〈定 員〉 10名(先着順)
 〈備 考〉 できるだけご自分のパソコンをお持ちください。
 〈申込み〉 事前申込が必要。申込受付を公民館窓口か電話で5月6日(火)9時30分より開始し、定員になり次第締め切り。

パソコン講座のボランティアを募集中!
 興味関心のある方はお気軽に富山公民館までお問合せください。



共催：岡山市ふれあい介護予防センター

とみやま健康づくり教室

地域の仲間と交流しながら、体も心も健康になりましょう！

- 〈日 時〉 5月22日(木) 10時～12時
- 〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室
- 〈内 容〉 意外に知らない!?食事にまつわるウソ・ホント
- 〈対 象〉 おおむね65歳以上の岡山市民
- 〈参加費〉 無料 〈定 員〉 40名
- 〈申込み〉 申込不要(当日直接お越しください)



富山中学校区地域協働学校・富山地区青少年育成協議会・富山学区安心安全ネットワーク協議会 防犯部会 からのお知らせ

6月度はあいさつ運動の日です。

今年度は6月13日(金)、10月24日(金)、令和8年2月13日(金)に「あいさつ運動」を実施します。

あいさつ運動の目的は、

- ・ 幼少期から近所の方に見守られることにより、子どもを地域で育てる。(地域の子どもたちへ声をかける習慣をつけ、健全育成に役立てる)
- ・ 笑顔溢れる富山学区にしていきたい。



あいさつ運動は、通学路、小中学校の正門付近で行っています。

岡山市委託事業「ひとり親家庭等相談支援事業」

さえずりホットライン (電話・LINE 無料相談)

ひとり親家庭のための「誰かとつながりたい」「どうしたらいいんだろう」「こんなこと聞いてもいいのかな」いろんな気持ちを話せる相談窓口です。ひとり親家庭の就労支援や居場所提供など支援活動を行っている女性の相談員が対応します。

「さえずりホットライン」は岡山市の委託を受けて、NPO 法人オカヤマビューティサミットが運営しています。

〈ひとり親家庭等電話 LINE 相談〉

電話：080-8519-9334

LINE：右の二次元コードを参照

〈受付時間〉平日：18時～21時 土日祝：10時～21時

〈問合せ先〉NPO 法人オカヤマビューティサミット

TEL 086-206-2700



さんさん育児相談 (旧赤ちゃんすこやか相談)

身長・体重などの計測や発育・発達に関する育児相談を行っています。日時、会場、予約方法の詳細については、岡山市ホームページをご確認ください。 ※予約が必要です。

〈対 象〉 1歳未満の乳児の保護者

〈持参物〉 親子手帳、バスタオル

〈問合せ先〉 中区保健センター TEL(086)274-5164



富山どうさんクラブ

就園前の子どもたちを自由に遊ばせながら、保護者の方が育児の悩みを話し合ったり、情報交換をしたりします。原則として、毎月第1・3火曜日に活動しています。

〈日 時〉 5月6日(火)、20日(火)、6月3日(火)、17日(火) 10時～11時30分



ぽけっと文庫

毎月第3金曜日の15時30分～16時30分に、スタッフの皆さんが本を読んでくれたり、おはなしを語ってくれたりします。簡単な工作やわらべうたもします。絵本やお話の楽しさを味わいましょう。

〈日 時〉 5月16日(金)15時30分～16時30分

〈場 所〉 富山公民館 1階 研修室(和室)

かえで文庫

菅田さんがご自宅で開いている家庭文庫です。わらべうたと絵本の読み聞かせなど。子育て相談にも応じます。

〈日 時〉 5月20日(火) 10時～11時

〈場 所〉 菅田さん宅(山崎) 〈申込〉3日前までに菅田さんまで

〈申込・問合せ先〉 菅田 桂子さん TEL(086)276-1357



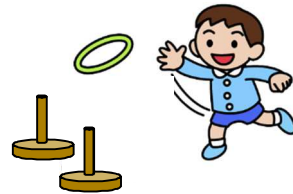
「みんなの居場所」 あつまれ！レインボーアットホーム

主催：あつまれ！レインボーアットホーム運営委員会
協賛：富山学区連合町内会・富山学区自治振興会・富山公民館

地域の皆さんがアットホームで楽しく自由にくつろげる居場所です。ボードゲーム(人生ゲーム、ドンジャラ、将棋、カタンなど)、昔あそび(こま回し、けん玉、お手玉、あやとりなど)、卓球、ダーツ、折り紙、お絵描き、ぬり絵、おしゃべりなど楽しいことがいっぱい。小さい子どもさんが遊べるコーナーもあります。何をしてもいいし、何もしなくてもOK。宿題もできるよ！



5月はメッセージカードを作りましょう。また、老人クラブ福泊かぼちゃ会の皆さんが輪投げコーナーを設けてくださいます。みんなで楽しみましょう！



〈日 時〉 5月9日(金) 15時30分～18時
この時間内なら、何時に来て何時に帰ってもOK！

〈場 所〉 富山公民館2階 第1・2講座室

〈対 象〉 幼児から高齢者まで(地域にお住まいの皆さん)

- ※ 小学生は、一度家に帰ってから来てください。
- ※ 帰り道がご心配な方はお迎えをお願いします。
- ※ 就学前のお子さんは、保護者の方が一緒にお越しください。



ATUREBO.TOMIYAMA

〈参加費〉 無料

※インスタグラムもチェックしてね！ ↑

主催：認知症サポートリーダー富山会

第88回「オレンジカフェ青春」

〈日 時〉 5月26日(月) 10時～12時

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2講座室

〈内 容〉 ～住み慣れた地域で暮らし続けるために～

第1部 ◆在宅医療と看護のはなし

講師 訪問看護ステーション「とわ」看護師 田中 勝さん

第2部 ◆認知症予防体操

指導 日本赤十字社岡山県支部健康支援担当者

〈参加費〉 100円 〈定 員〉 40名 〈申込み〉 必要

〈申込先〉 TEL・FAX 086-276-5332 福森さんまで



富山地区元気の出る会

平成3年に発足して34年。高齢者や障がいのある方が、住みなれた地域でボランティアと共に、月に一度活動しています。

〈日 時〉 5月19日(月)13時30分～15時30分

〈場 所〉 富山公民館 2階 第1・2会議室

〈内 容〉 ☆包括支援センターのお話
「助け合いカード」で楽しくゲーム！

☆元気の出る会「歌の広場」♪

☆令和7年度「元気の出る会」総会 など

〈問合せ先〉 大河原さんまで TEL 086-274-0912

会員募集中 ボランティアも歓迎！

