

しおかぜ

第325号 2025. 2. 1

発行：岡山市立光南台公民館

〒702-8014 岡山市南区宮浦 1324

電話番号&FAX(086)267-1255

Eメール kounandai_k@city.okayama.lg.jp



第28回光南台公民館文化祭

今年のテーマ

挑(いどむ)

令和7年2月15日(土) 10:00~17:00
2月16日(日) 10:00~16:00

場所：岡山市立光南台公民館（岡山市南区宮浦 1324）

今年も公民館で活動しているクラブ・主催講座等だけでなく、広く地域にも呼びかけて開催します。皆様のご来館を心よりお待ちしております。

発表 ※ピアノ同好会は1階の実技室で発表します。

2月15日(土) 会場：2階 講座室

10:15~10:45 ピアノ同好会（会場：実技室）

10:45~11:15 初めての社交ダンス

11:30~12:15 光南台フォーク村

13:30~14:00 オールディーズを歌おう

14:00~16:00 カラオケなでしこ会

2月16日(日)

12:00~12:30 楽々クラブ

13:00~13:30 光南台オカリナ

13:30~13:50 楽しくフラダンス

13:50~14:20 ギター・マンドリン同好会

14:20~14:50 光南台もも太郎体操

15:00~15:45 KNDウィンドアンサンブル

※発表時間は多少前後する場合があります。



展示 会場：1階 ロビー・図書コーナー・
美術工芸室

公民館クラブ講座 大人のパソコン水彩画、
洋画、トンボ玉、ペンと書道

一般参加 フラワーサークルMフローラ

光南台学区の学校園

保育園、こども園、小学校、中学校

体験会 会場：1階 実技室

※ディスコン・楽しくフラダンスの体験は2階の講座室

2月15日(土) 参加費無料/申込不要

11:00~12:30 健康チェック(光南台健康21の会)

13:00~13:30 楽しく歌ってアンチエイジング

14:00~16:00 わくわく広場-工作とゲーム-
(KND わくわくキッズ)

2月16日(日) 参加費無料/申込不要

10:30~11:30 ディスコン体験会(ディスコン)

12:30~13:00 フラダンス体験会(楽しくフラダンス)

14:00~15:00 キッズミュージック

→うたとおはなし→

(KND わくわくキッズ)

軽食 食券販売は10:30から。売り切れ次第終了

2月15日(土) 会場：2階 料理講座室

11:00~13:00

ちょっと珍しい“けんちんカレー”【400円】

(男性の料理教室)



※喫茶コーナー(無料)あります。

★光南台公民館ホームページ※最新情報をご確認いただけます。

<https://www.city.okayama.jp/shisei/0000011066.html>

★光南台公民館Eメール kounandai_k@city.okayama.lg.jp

★文化祭開催のため、2/13(木)~2/17(月)は
クラブ、室貸与、図書の貸出返却業務を休みます。

販売

2月16日(日) 会場：1階 実技室

10:00~11:30 フリーマーケット

・地元の海苔(予定)や野菜 ・手作り物品 ・雑貨等

・菓子パン(社会福祉法人 ネイチャーファーム)



ホームページは→
こちらから



Eメールは→
こちらから



文化祭 体験コーナー

健康チェック

2月15日(土) 11:00~12:30

参加費無料/申込不要

「光南台健康21の会」「愛育委員会」の皆さんによる健康チェック。骨密測定や握力測定、口腔機能チェックを行います。またがん検診啓発コーナーを実施します。

フレイル予防のためにも是非チェックしてみてください。



ディスコン

2月16日(日) 10:30~11:30

参加費無料/申込不要

定員：各対戦ごとに先着10名。

技と知恵を絞って、コートでディスクを滑らします。身体をほぐし、体験してみませんか。

※年齢を問わず競技できます。動きやすい服装でお越しください。

楽しく歌ってアンチエイジング

2月15日(土) 13:00~13:30 参加費無料/申込不要

いつも練習している“発声講座”を体験してみましょう。準備体操、発声練習をして皆さんで楽しく歌いませんか。アンチエイジングにとっても効果的です。



キッズあつまれ! わくわく広場 ~こうさくとゲーム~

2月15日(土) 14:00~16:00 参加費無料/申込不要

KND わくわくキッズの皆さんによる「おもしろこうさく」や「たのしいゲーム」の体験コーナーです。どんなこうさくやゲームが出てくるでしょう? お楽しみに!

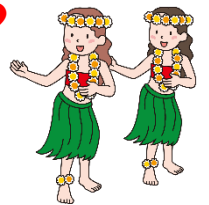


みんなでフラをおどりましょう

2月16日(日) 12:30~13:00 参加費無料/申込不要

初めての方でもお気軽にご参加ください!

ハワイアンミュージックにあわせて一緒に楽しく踊りましょう!



キッズあつまれ! キッズミュージック! ~うたとおはなし~

2月16日(日) 14:00~15:00 参加費無料/申込不要

KND わくわくキッズの皆さんによる「楽しい歌をいろいろな楽器で合奏しよう!」「昔ばなしやおもしろいお話の読み聞かせ」のコーナーです。小さなお子さんにも公民館文化祭にぜひ参加・体験してほしいと思います。



主催講座のご案内

パソコン教室

3月「エクセル(表計算ソフト)
~簡単な会計報告作り~」

【日時】 3/10(月)・24日(月)
13:30~15:30

※2月の教室はお休みします。

【定員】 先着10名

【参加費】 400円(2回分)

【申込み】 事前に光南台公民館へ

※申込み時に、公民館にパソコンを持ち込まれるか、公民館のパソコンを使用されるかお知らせください。



第198回 海辺のコンサート

昭和から令和のヒット曲& ベンチャーズエレキサウンド

歌あり、ダンスあり、笑いありの『ザ★リバーズ』が3年連続で出演します。皆さんが知っているあの曲からベンチャーズのエレキサウンドまで幅広いジャンルの演奏をお楽しみください。

【日時】 3/23(日) 14:00~15:00

【出演】 ザ★リバーズ

【内容】 「世界中の誰よりきっと」、「フレンズ」、「ダイヤモンドヘッド」他

【定員】 先着40名

参加費無料・申込み必要(2/24から申込み受付開始)



男性の料理教室

～旬を食す～

男性のみなさん！旬の食材を使って、季節感を楽しみながら料理を作りましょう。

【日時】3/3(月) 10:00～13:00

【講師】畠瀬 登美子さん(料理研究家)

【定員】10名(先着順) 【受講料】無料

【材料代】1回900円(毎回集金)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク、ふきん3枚、手ふき、持ち帰り用容器

【申込み】2/27(木)までに光南台公民館へ



ど～すりゃ～ええ？防災！

南海トラフ地震が今後30年以内に70～80%の確率で発生すると言われていています。いつ起こるかわからない災害に対してどのように備えればいいのか、一緒に考えましょう。

【日時】3/15(土)13:30～15:30

【会場】光南台公民館 2階講座室

【内容】防災ゲーム(HUG)を体験しよう
ベテランの防災士と避難所運営体験をすることで運営側の問題点を理解したり、起こり得る諸課題の解決方法を一緒に考えたりします。

【講師】(一社)おかやま笑顔プロジェクト

村上 浩司さん

【定員】約30名

【参加費】無料
公民館窓口または電話でお申込みください。



味噌づくりに挑戦！

手作りの味噌を作ってみませんか。ご家庭での作業もありますので、必ず2回ともご参加ください。

【日時・内容】

①3/4(火)13:30～14:30(事前準備)

②3/6(木)9:30～12:00(仕込み実習)

【講師】石田 敏子さん

【準備物】容量8リットルくらいの丸型保存容器、てぬぐい、またはさらしで作った袋 等
※詳細は申込時に説明します。

【材料代】3,000円程度(味噌約5kg分)

【定員】先着16名

【申込み】2月14日(金)までに光南台公民館へ



光南台キネマ

月に1本、時代を超えて輝く名画を、皆さんと一緒に鑑賞しましょう。

2月は…『心の旅路』

(1942・米・白黒125分)

【日時】2/1(土)9:30～11:40

監督：マーヴイン・ルロイ

出演：ロナルド・コールマン、グリア・ガースン
スーザン・ピータース他

1941年に出版され、ベストセラーになったジェームズ・ヒルトンの小説『Random Harvest』を映画化した珠玉のラブストーリー。第一次世界大戦終戦後のイギリスを舞台に、戦争で記憶を失った男と彼を想い続ける女との愛の軌跡を描いた名作。

3月は…『キュリー夫人—その愛と情熱—』

(1996・仏・カラー・104分)

【日時】3/1(土)9:30～11:20



みんな楽笑！光南台元気塾

岡山市ふれあい介護予防センターと共催で実施。

★2月は… 2/21(金)10:00～12:00

「楽しく学ぼう！今から備える災害時の食事」

災害は急に起こります。いざという時のため、災害時の食品の家庭備蓄の備えをはじめましょう。

★3月の予定… 3/21(金)10:00～12:00

「誤嚥性肺炎予防の新習慣『長生きうがい』」

参加費無料・申込み不要

参加費無料・申込み必要

★光南台公民館フェイスブック ※公民館で開催した事業・講座の様子等をご覧ください。

https://m.facebook.com/profile.php?id=100057609663029&_rdr

フェイスブックはこちらから



光南台地区 地域のつながりづくり実行委員会主催

光南台地区 多世代ふれあいイベント ～ディスコンとカレーライス・牛乳もちで楽しく交流！～

令和6年12月8日(日)に光南台公民館で『第4回 多世代ふれあいイベント』が開催されました。昨年4年ぶりに開催されましたが、今年は昨年を上回る66名の参加がありました。

当日は4コートに分かれて多世代の混合チームの対抗戦でディスコンを楽しんだ後、実行委員会が作った地元で獲れた野菜を使ったカレーと、地元産の牛乳を使った牛乳もちを食べながら交流を深めました。

当日は小学1年生から高齢の方まで66名の参加があり、楽しくふれあうことができました。事後のアンケートで「ディスコンが楽しかった」(小6・中1)、「いろんな人とふれあいができて楽しかった」(小4)、「普段話さない人と関わることができた」(中2)、

「若い人からパワーをもらった」(60代)、「来年も参加したい」(40代)、「これからも続けるよう願いたい」(70代～)等のたくさんのご意見が寄せられ、このイベントの主旨である『多世代交流・世代間交流』は十分に図れました。



お知らせ・地域情報

今月の新着図書

毎月の入れ替えで新しくいった本を紹介します。

<小説・随筆 他>

- 『竜は動かす』(上・下) 百田尚樹
- 『彼女が知らない隣人たち』 東野圭吾
- 『魂手形』 宮部みゆき
- 『華麗なる一族』 山崎豊子
- 『料理が楽しくなる料理』 ことらみや
- 『長生きする食事』 満尾正
- 『月下のサクラ』 柚月裕子

<児童書・絵本>

- 『いきもの特急カール』 木内達朗
- 『おおきなおおきなにんじん』 刀根里衣
- 『じつはよるのほんだなは』 澤野秋文
- 『時のかなたの人魚の島』 富安陽子



廃油せっけん 完成しました

2回の「廃油せっけんづくり講座」を経て、1月24日(金)に完成しました。今回もいいせっけんが出来ました。来年は一緒に作ってみませんか。

【販売】1袋¥120です。光南台公民館窓口まで。



休館日

2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1							1
2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28		23	24	25	26	27	28	29
							30	31					

★公民館は以下の場合、主催講座、クラブ講座、室貸与、図書貸出などの通常業務を見合わせます。

- ①暴風警報、大雪警報、特別警報が発令された場合
- ②中学校区に高齢者等避難(警戒レベル3)が発令された場合
- ③警報発令以降に公民館へ自主避難があった場合

が休館日です。◆開館時間 9時30分～21時 日曜日は17時まで