

しおかぜ

第330号 2025. 7. 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



主催講座のご案内

夏休みキッズ学び隊♪

小学生の皆さん、長い夏休みには公民館の講座に参加して、楽しい思い出をたくさん作りましょう！



★申込み…7月5日(土)9:30～電話・公民館窓口でのみ受付けます。(先着順)

★詳細は、学校から配られるチラシをご覧になるか、光南台公民館へお問い合わせください。

	日時	内容	会場	定員(名)	費用
1	7/22(火) 9:30～12:00	みんなで宿題& 歌あそびで楽しもう！	甲浦小学校	20	無料
2	7/28(月)10:00～12:00	フォトフレームを作ろう	光南台公民館	15	無料
3	7/31(木)10:00～12:00	習字の宿題やつちゃおう！ (3年生以上)	光南台公民館	8	無料
4	8/7(木) 10:00～11:30	高校生と学ぶ科学実験教室 音について知ろう	甲浦小学校	10	無料
5	8/22(金)10:00～13:00	キッズクッキング (3年生以上)	光南台公民館	12	500円

防災キャンプ

災害は突然起こります。いざという時のために、日頃から何を考え、何を備えておけばいいか？一緒に考えてみましょう！

【日時】7/26(土)10:00～13:00

【会場】光南台公民館

【内容】・マイ・タイムライン「逃げキッド」をつくろう
・非常食づくり
・中学生ボランティアと一緒に災害の備えを考えよう

【対象】小学生～大人 【定員】先着 50名

【持ち物】タオル(手ふき・汗ふき用)、飲み物

参加費無料・申込み必要

※7月15日(火)締切

主催：光南台公民館

宮浦女性防火クラブ

共催：宮浦町内会、宮浦自主防災会、

岡山市消防団甲浦分団宮浦支部



光南台実年大学視察研修旅行

募集のご案内



今年度の視察研修旅行は愛媛方面に行きます。予定を確認の上、ぜひご参加ください。

【日時】10/21(火) 7時頃～18時半頃

【行先】綾菊酒造見学、道の駅多々羅しまなみ公園(昼食)、村上海賊ミュージアム 他

【定員】先着45名

※但し、35名に満たない場合は中止。その場合、申込者に電話で連絡します。

【費用】9,000円

【申込み】8/19(火)から9/13(土)まで、公民館窓口または電話で受付します。(要事前申込)

費用は9/16(火)～9/30(火)までに、申込書を添えて窓口にお持ちください。

※バスの乗降車は、光南台地区内の指定バス停付近。
※ご不明な点がございましたら、公民館までお尋ねください。

★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>

ホームページは→
こちらから



光南台実年大学

大河ドラマ誘致 一岡山の武将—

～宇喜多直家と秀家、その生涯～

【日時】 7/15(火) 10:15～11:45

【講師】 瀬戸内市教育委員会
総務学務課
参事 片岡 学さん



岡山方言って何じゃろ？

～普段づかいの言葉に
潜む岡山方言～

【日時】 8/19(火) 10:15～11:45

【講師】 就実大学表現文化学科
准教授 岩田 美穂さん

【定員】 各回先着40名 **参加費無料・申込み必要**

 **さんかくウィーク 2025 公民館行事**

光南台中学校生徒の標語 展示

光南台中学校生徒の皆さんが作った男女共同参画や人権に関する標語を展示します。

公民館に展示した後、今年も児島地域センターに掲示させていただけることになりました。中学生の作品をぜひご覧ください。また大人の方も男女共同参画・人権に関する標語や川柳等をお寄せください。掲示させていただきます。

★光南台公民館 ロビー

【展示期間】 6/26(木)～7/15(火)

★児島地域センター

【展示期間】 7/17(木)～7/31(木)

クーリングシェルターを利用しよう！

危険な暑さから避難できる場所として、岡山市では、市内の施設をクーリングシェルターに指定しています。

クーリングシェルターは、熱中症特別警戒アラートの発令期間中、各施設の開館時間内に一般のみなさんに開放されます。

当館もクーリングシェルターですが、当館には自動販売機がないため、各自で飲み物を持参いただくようお願いします。



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

光南台健康 21 の会主催

フレイル予防で健康長寿！

～しっかり動く 食べる 会話を楽しむ～

フレイルとは、健康と要介護の間の時期で、加齢とともに心身の活力が低下した状態のことです。フレイル予防に取り組むことで、健康寿命が延びて生きがいも生まれます。介護を受けることなく、いつまでも元気に過ごすためには、運動や食生活への心がけと実践が大事です！

今回は、ひだまりの里病院の方から認知症を予防するための運動などをお話してまいります。身体を動かしながら楽しく学びましょう。

【日時】 7/14(月)10:00～12:00

【内容】 認知症と運動の関係

認知症についての相談先

【講師】 三浦 麻衣子さん(作業療法士)
板野 宏美さん(精神保健福祉士)

【持ち物・服装】 飲み物、フェイスタオル、
運動しやすい服装、靴

※体操の中でフェイスタオルを使用します

【場所】 光南台公民館 2階 講座室

【定員】 先着 20 名

共催：甲浦・小串学区愛育委員会、南区南保健センター、
南区南地域包括支援センター、光南台公民館

参加費無料・申込み必要



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。

★7月は…7/18(金)10:00～12:00

「かんたん耳の聞こえチェック」

加齢とともに音を感じる細胞が減少することで難聴になると言われています。難聴を早期発見・早期対応することで、コミュニケーション能力の維持向上につながり、フレイル予防や社会参加につながります。簡易の聴力検査で、耳の聞こえのチェックを試みませんか？

★8月は… 8/8(金)10:00～12:00

「若返りの秘訣！脳トレで認知症予防」

・体調の悪い方は来館を控えてください。

参加費無料・申込み不要

Eメールは→
こちらから



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。

7月は…『福山雅治特集 1st SCOOP!』

(2016・日・カラー・135分)

【日時】7/19(土) 9:30~11:50

監督:大根仁

出演:福山雅治、二階堂ふみ、吉田羊、滝藤賢一
他
カメラマンの都城静は、かつて数々の伝説的スクープをモノにしてきたが、今では芸能スキャンダル専門の中年パパラッチとして、借金や酒にまみれた自堕落な生活を送っていた。そんなある日、ひよんなことから写真週刊誌「SCOOP!」の新人記者・行川野火とコンビを組むことになり、日本中が注目する大事件に巻き込まれていく。

8月は…『福山雅治特集 2nd 三度目の殺人』

(2017・日・カラー・124分)

【日時】8/16(土) 9:30~11:40

監督:是枝裕和

出演:福山雅治、役所広司、広瀬すず、斉藤由貴、吉田鋼太郎 他

参加費無料・申込み必要

パソコン教室

7月「動画をDVDにしてみよう！」

(パワーポイント)

【日時】7/14(月)・28(月) 13:30~15:30

9月「インターネットを使ってみよう！」

～ネット検索、SNS等について～

【日時】9/8(月)・22(月) 13:30~15:30

【定員】各月先着10名

【参加費】400円(2回分)

【申込み】事前に光南台公民館へ

※9月の講座ではご自分のメールアドレスをおもちの方はメールアドレスとパスワードをひかえてご参加ください。

※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。



岡山市施設予約システム利用のご案内

いつでもどこでも、スマホやパソコンから公民館など46の文化施設の予約ができます。詳細は岡山市の施設予約サービスのホームページをご覧ください。



★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

誰でもわかるスマホ教室



申込み必要

みなさんが使っているスマホ。

『わからないことがたくさんあるけれど、今さら誰にも聞けない』『まわりに詳しい人がいない』などのお悩みがあるでしょう。そのお悩みをスマホ教室が解決します！講座と相談室の2部構成です。相談室では事前にみなさんから集めた質問を個別にわかりやすくお答えします。

【日時】8/18(月)

『誰でもわかるLINE&もっと知ろうLINE』13:30~14:30

スマホ相談室 14:40~15:40

8/25(月)

『話題のAIとChat-GPTにふれてみよう』13:30~14:30

スマホ相談室 14:40~15:40

【講師】森末 康弘さん(チシキのハコブネ岡山 代表)

【場所】光南台公民館 講座室 【定員】40名(先着順)

【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴)

【参加費】各回300円(講座のみ[200円]、

相談室のみ[100円]の参加も可能)

※公民館の窓口にてお申込みください。

第202回 海辺のコンサート

中島みゆきの世界へようこそ Vol.4

～みんなで中島みゆきの世界に浸ろう～

主に中島みゆきさんのカバーを行い、県内各地のイベントに参加しています。

【日時】7/27(日) 14:00~15:00

【出演】まめごはん

【曲目】「糸」、「地上の星」、「時代」他

【定員】先着40名



参加費無料・申込み必要(6/22から申込み受付開始)

第203回 海辺のコンサート

コーラスあじさい☆40周年コンサート

甲浦の地で産声を上げて、40周年を迎えました。みんなで育んできた『心と声のハーモニー』をお楽しみください。

【日時】8/24(日) 14:00~15:00

【出演】コーラスあじさい

(友情出演:ギターマンドリン同好会)

【内容】「われは海の子」、「リンゴの唄」、

「ふるさとは今もかわらず」他

【定員】先着40名



参加費無料・申込み必要(7/27から申込み受付開始)

フェイスブックはこちらから→



地域応援人づくり講座

ど〜すりゃ〜ええ？防災！が開催されました

5/17(土)「防災マップ作り」の
ポイントを学ぼう

6/14(土) 実践「防災マップ作り」

専門家の方に来ていただき、1回目は「防災マップづくり」の基本を学び、住んでいる地域の危険個所を確認し、2回目には、宮浦町内を街歩きして地図にデータを入れる作業をおこないました。光南台地区の多くの方の参加があり、真剣にマップづくりに必要な情報を共有して防災意識を高めることができました。

今後の講座の開催予定は9月、12月です。ぜひご参加ください。



ごみ減量・リサイクル推進講座へのご協力ありがとうございました

5月27日より、公民館ロビーに食器のリユースコーナー、苗・種の交換コーナーを設けました。

10名の方から食器や苗類のご提供をいただき、期間中、必要な方にお持ち帰りいただきました。

また、食料品のご提供もありました。いただいた食料品は、NPO法人フードバンク岡山を通じて福祉施設等へお届けしました。

ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



お知らせ

今月の新着図書

毎月の入れ替えで新しく入った本を紹介します。

<小説・随筆 他>

- 『罪の境界』／薬丸 岳
- 『宙ごはん』／町田 そのこ
- 『八月の母』／早見 和真
- 『六月の雪』／乃南 アサ
- 『大人の片づけ』／一田 憲子
- 『老けない酢みそ汁』／藤田 紘一郎



<児童書・絵本>

- 『しあわせの牛乳』／佐藤 慧
- 『こども電車』／岡田 潤
- 『だちょうさんのたまご』
- ／文: 谷口 国博・絵 村上 康成
- 『おやさいめしあがれ』／作 視覚デザイン研究所
- 絵 高原 美和

光南台公民館 甲浦分館からお知らせ

甲浦分館で卓球クラブが下記のとおり始まりました。



- 卓球 A 水曜日 16:00~18:00
- 卓球 B 月曜日 10:00~12:00
- うちわ卓球 水曜日 13:00~15:00

お申込みは

甲浦分館長(和田良一^{りょういち}さん)宅
(086-267-3233)まで。



休館日

7月

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

8月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	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