

令和7年度 足守公民館主催講座

おおむね60歳以上の地域在住の方が対象。毎月1回さまざまな内容をテーマに、**楽しみ・つながり・学べる** 教室です。

回	日時	内容 (予定)
1	5月12日(月) 10時～12時	<b>開講式</b> <ごみゼロごみ減量・リサイクル推進週間公開講座> 足守は自然の魅力もいっぱい ～足守中学校区の自然環境保全活動について～ 岡山市環境保全課自然保護係 山根俊輔さん
2	6月9日(月) 10時～12時	<男女共同参画推進週間「さんかくウィーク」公開講座> 意外と知らない自分の素顔 ～ヨシタケシンスケさんの絵本から～ 助産師 東海林みゆきさん
3	7月14日(月) 10時～12時	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		お休み
4	9月8日(月) 10時～12時	ご存じですか？介護保険サービスのいろいろ 岡山市地域包括支援センター職員
5	☆10月20日(月) 10時～12時	経済のイロハ～気になる!?物価高・関税 etc 山陽新聞社論説委員
6	11月10日(月)	<b>研修旅行</b> - 計画中 -
7	12月8日(月) 10時～12時	サブリのリズムーブ体操&トークで笑顔に！ ヨガ・ダンスフィットネス・腰痛ケアなど、リズムに合わせて無理なく体を動かしましょう！ studio solace241 主宰 サ布林(佐藤恵子)さん
8	☆1月19日(月) 10時～12時	ふるさと再発見「備中国大井郷地名考」&新年茶話会 柏野 忍さん
9	2月9日(月) 10時～12時	交通安全&特殊詐欺予防で安全安心な生活を！ 岡山県警察
10	3月9日(月) 10時～12時	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</b>

5月スタート!  
4月はお休みです

★毎月・第2月曜★  
(☆は、定例日から変更)

# 足守(とびきり)教室

## 受講を希望される方は…

\*お申込みは、年会費をそえて公民館までお越しください。

〈年会費〉2,000円(郵送料・コンサート参加費等)

\*講座日は、毎回の講座前に葉書でお知らせします。

\*研修旅行は、別途申込み・参加費が必要です。

**足守ことぶき教室は、講座生の皆さんと相談しながら内容を企画しています♪**

※内容は変更になる場合があります。公開講座は会員以外の方も受講できます。

## <申込み・問合せ>

岡山市立足守公民館

電話 (086)295-1942

住所 岡山市北区足守718

<開館時間> 9時30分～21時(日曜日は17時まで)

<休館日> 水曜日・祝日・年末年始