

# 施設GUIDE ガイド

申し込み記号については、16ページを参照ください。

新型コロナウイルスの影響により内容が変更もしくは、中止になる場合があります

## 岡山シティミュージアム

〒700-0024 北区 駅元町15-1  
☎086-898-3000 ☎086-898-3003  
✉okayama-city-museum@city.okayama.lg.jp  
開館時間 10時～18時  
休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）、12/28～1/4

### 第108回ミュージアム講座

#### 「金山寺の歴史と今」

日 1月21日(土)14時～(2時間程度)

内 由緒、文化財、地域との関わりりの歴史、焼けた本堂、屋根瓦、ビデオ上映など

講 岡岡実さん（就実大学非常勤講師）ほか

定 先着60人

申 氏名、電話番号を☎で1月6日10時以降に

### 第11回岡山市市民美術展

市民力作の写真・絵画・書道作品が一堂に会する岡山市市民美術展が今年も開催されます。3部門のほか、文学創造都市岡山イラストコンテストの優秀作品、ワークショップで制作したチョークアート作品、県立岡山西支援学校および県立岡山瀬戸高等支援学校の生徒によるアート作品、シティミュージアムに收藏される名品なども多数展示します。



日 1月11日(水)～15日(日)の各日10時～17時  
(最終日は15時30分まで)

### 特別展 平和祈念展 in 岡山

～戦争の時代を生きた人たちの記憶～

戦争が終わってからも、苦しくつらい体験をした人たちがいたことを伝えます。

期間 1月7日(土)～22日(日)

### <同関連行事> ガラリートーク

日 1月7日(土)・8日(日)・21日(土)・22日(日)の各日14時～(40分程度)

内 平和祈念展示資料館と岡山空襲展示室の学芸員による展示解説

(広告)

\*広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

## 岡山シンフォニーホール

〒700-0822 北区表町一丁目5-1  
☎086-234-2001 ☎086-234-1968  
開館時間 9時～17時(催事により22時)  
休館日 第2・4火曜(祝日の場合は翌平日) 12/28～1/4

### 岡山フィルハーモニック管弦楽団

#### ニューイヤーコンサート

～恋も復讐もシャンパンの泡のせい…～

日 1月22日(日)15時開演

場 岡山シンフォニーホール 大ホール

費 S席5,500円、A席4,400円、B席3,300円、Bユース1,000円

出演 秋山和慶(指揮)、森野美咲(ソプラノ)ほか、岡山フィルハーモニック管弦楽団

曲目 J.シュトラウス/喜歌劇「こもり」ハイライト ほか

#### 歌え!わが心

懐かしいフォークソングから最近の話題曲まで、毎月1回みんなで楽しく元気に歌いませんか?

日 1月27日(金)①13時～14時②15時～16時  
(受付は各回の30分前から)

講 伊藤正紀、野中有子

定 各回35人(完全入替制) 費 1,000円

申 1月11日・12日の各日10時～16時の間に

## 少年自然の家

〒701-1131 北区日応寺4  
☎086-294-3461 ☎086-294-1465  
開館時間 8時30分～17時  
休館日 月曜、祝日、12/29～1/3

### 子ども自然体験教室Ⅱ

日 2月26日(日)9時30分～16時30分

内 野鳥観察など

対 市内在住の小学3～6年生

定 30人(応募多数の場合は学年比を考慮し抽選) 費 1人1,048円(保険代含む)

申 講座名、郵便番号、住所、児童氏名(ふりがな)、性別、生年月日、学校名、学年、電話番号、保護者氏名(押印)を☎で1月27日までに(連名不可)

## オリエント美術館

〒700-0814 北区天神町9-31  
☎086-232-3636 ☎086-232-5342  
✉orient@city.okayama.lg.jp  
開館時間 9時～17時  
休館日 月曜(祝日の場合は翌平日) 12/28～1/4

### 館藏品展

「シティ・ライフのはじまり、オリエント」

期間 次年度まで

入館料 一般310円/高校・大学生210円/小・中学生100円/65歳以上無料

小企画展「イエスの物語」

期間 2月5日(日)まで

入館料 館藏品展と共通

「オリエント美術館のニュー・スター誕生?」

期間 2月7日(火)～次年度

入館料 館藏品展と共通

### SPレコードコンサート

日 1月14日(土)10時30分～11時30分

ワークショップ「円筒印章をつくろう」

日 1月7日・21日、2月4日の各土曜13時30分～14時30分

入館料 入館料のみ

### 学芸員ギャラリートーク

日 1月14日・28日の各土曜14時～15時

入館料 入館料のみ

### 連続講演会「オリエント古代の探求」第5回

「聖書の世界を発掘するー文字と現実との接点を探してー」

日 1月21日(土)13時30分～15時30分

定 50人 入館料 入館料のみ

申 必要

## 埋蔵文化財センター

〒703-8284 中区網浜834-1  
☎086-270-5066  
開館時間 9時～16時30分  
休館日 日曜、祝日、12/29～1/3

### 企画展特別講演会「弥生時代の骨角器」

日 1月21日(土)13時30分～15時

定 40人

申 同センターへ☎で1月10日以降に

全力で応援!! 次世代に残さない!

老後・相続の問題は元気なうちに相談!!

### 民事信託

実家信託、アパート信託、認知症対策などお任せ下さい。

### 成年後見

任意後見契約や成年後見申立てのお手伝いをいたします。

### 遺言・贈与

法改正にも対応! 生前に決めておく人が増えています。

### 相続・名義変更

戸籍から書類作成 手続代行までお任せ下さい。

無料相談

相談時間はお1人1時間

要事前予約 (前日迄受付10:00～18:00) お電話でご予約ください。



司法書士法人 アレクシア(一休法務事務所)

岡山市北区野田3丁目1-1 東光野田ビル3F 受付時間/平日 9:00～18:00

\*土曜の営業は、相談会等の事前予約のみの対応となります。法律相談は、司法書士法第三条 第一項第六号および第七号に定められた事項に限る。司法書士法第三条に定める訴訟額の範囲に限る。

0120-193-552

ホームページからもご相談承ります

アレクシア 一休法務事務所

検索

https://www.ikyuu-law.com/

**男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」**

〒700-0822 北区表町三丁目14-1-201  
 ☎086-803-3355 FAX086-803-3344  
 ①sankaku@city.okayama.lg.jp  
 電話対応時間 9時30分～20時（日曜、祝日は17時まで）  
 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）、12/29～1/3

**3丁目ユースクリニック（若者のための  
 身体と性のまちかど健康相談スペース）**

☎ 1月14日・28日の各土曜14時～17時  
 ①「聞いてみよう！話してみない？思春期のカラダの仕組みや性の疑問…あなたの知りたいこと、教えてほしいことに専門家がアドバイスしてくれるよ！」  
 ②定各回先着6人程度 ③申回で

**さんかくマルシェ  
 男の介護講座「食事介助～安全・楽しい  
 食生活で健康維持～」**

☎ 1月21日(土)10時～12時  
 ①介護に関心のある男性20人（同伴者は男女を問わず1人まで） ②申必要  
 ③他託児あり（要申し込み・定員あり）

**さんかく☆シアター 「お終活」**

☎ 1月19日(休)・20日(金)の各日①10時30分～12時30分②13時30分～15時30分  
 ③定各回先着40人 ④申回で

**日応寺自然の森スポーツ広場**

〒701-1131 北区日応寺200  
 ☎086-294-4670 FAX086-294-7153  
 開園時間 9時～17時  
 休園日 月曜（祝日の場合は翌平日）、12/29～1/4

**「炭焼きオブジェを作ろう!!」**

☎ 1月15日(日)10時～12時（雨天時は1月22日）  
 ①対小学生以上 ②定先着15人  
 ③費500円（傷害保険代含む） ④持軍手・炭のオブジェにしてみたい素材（自然物）の持参も可（大きさは縦横20cm高さ15cmまで）  
 ⑤申住所、氏名、年齢、電話番号を⑥回⑦で1月8日までに

**障害者体育センター**

〒700-0843 北区二日市町56  
 ☎086-223-5480 FAX086-223-6728  
 ①okayama\_taiiku@midori-gr.com  
 開館時間 9時～20時30分  
 休館日 第1・3水曜

**⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿**  
**スポーツ講習会参加者募集**

ツインバスケットボール	2月26日(日)	9時30分～17時
-------------	----------	-----------

**第40回岡山市障害者親善スポーツ大会  
 参加者募集**

サウンドテーブルテニス	2月12日(日)	10時～17時
フロアバレーボール	2月12日(日)	10時～17時
卓球（立位/車椅子/聴覚）	2月19日(日)	9時～17時
ツインバスケットボール	3月12日(日)	9時～17時

**足守プラザ**

〒701-1463 北区足守979  
 ☎086-295-0001 FAX086-295-2722  
 開館時間 9時～16時30分  
 休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）、12/29～1/3

**マグネットに絵付けをしよう**

☎ 1月の開館日①9時30分～②12時30分～③14時30分～（制作時間90分）  
 ④「お多福」「ひよっこ」のマグネットに絵付け（各20個限定） ⑤定各回8人  
 ⑥費520円（1個） ⑦申回で事前に  
 ⑧他作品当日持ち帰り



**環境学習センター「めだかの学校」**

〒709-3142 北区建部町建部上609  
 ☎086-722-1231 FAX086-722-3100  
 開館時間 9時30分～16時30分  
 休館日 火曜（祝日の場合は翌平日）、12/28～1/4

**めだかの学校環境教室**

「冬の天体観測と夜の水族館見学！」

☎ 1月28日(土)16時30分～19時  
 ①対小学生と保護者 ②定先着20人  
 ③費入館料のみ

**④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿**  
**めだかの学校環境教室**

「冬の自然体験と花炭づくり」

☎ 2月5日(日)9時30分～12時  
 ①冬の里山散策、花炭づくり  
 ②対小学生と保護者 ③定先着20人  
 ④費500円

⑤申回で1月5日～2月2日の間に

**天満屋地下街市民サービスコーナー、  
 証明書自動交付機・コンビニ交付の  
 臨時休止について**

①区政推進課 ②☎086-803-1033  
 1月21日(土)は、システムメンテナンスのため、天満屋地下街市民サービスコーナーを臨時休業します。  
 また、証明書自動交付機・コンビニエンスストアなどでの証明書交付も同日休止します。



詳細はHPをご確認ください

**岡山市からの情報をチェック!**

SNS や広報番組で情報発信しています。  
 災害時の情報ツールとしてもご利用ください。

**LINE**  
 タイムリーに情報発信!

**Facebook**  
 Facebookから 桃太郎のまち岡山 検索

**Twitter**  
 @Okayama\_city

**YouTube**  
 岡山市公式チャンネル

**桃太郎のまち岡山  
 Instagram**  
 okayama\_city\_official

**岡山市A | チャット**  
 気軽に質問してね

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

**出張買取 モモタロ**  
 代表:勝浦 源介  
**着物・紳士、婦人服の  
 在庫が足りません  
 高く買い取る自信があります。**  
**出張査定 無料!!**  
 岡山県内どこでも  
 営業時間: 9:00-18:00  
 岡山市: 岡山県岡山市北区伊島町2-20-26-2F  
 倉敷店: 岡山県倉敷市白楽町720-1-102  
 まず一度お電話ください!  
 携帯・PHS可 0120-938-550  
 フリーダイヤル

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康



# Public Hall 公民館

申し込みが必要な講座などは、・・で各公民館へ

開館時間：9時30分～21時（日曜は17時まで）

休館日：水曜、祝日、12/28～1/3

場所	講座名	内容
<b>北公民館</b> 〒700-0081 北区津島東一丁目3-14 ☎/FAX086-254-4633	元気で長生きノルディック！ (シニアコース)	1月27日(金)10時～12時  ノルディックウオーク  高齢者 定20人  保険代・郵送代200円（ポール借用希望者は500円） 必要
<b>妹尾公民館</b> 〒701-0206 南区箕島1025-1 ☎/FAX086-282-4747	お家でできるフレイル予防	2月3日(金)14時～15時  妹尾地域センター  フレイル予 防のお話と実技 定30人  ・ で1月27日までに
<b>大元公民館</b> 〒700-0925 北区大元上町10-31 ☎/FAX086-241-8526	初心者でも大丈夫！ はじめてのギター教室	1月21日、2月4日・18日、3月4日・18日の各土曜10時～ 12時 定10人  クラシックギター  必要
	自然をみつめる	1月17日(火)13時30分～15時30分  野鳥を描いてみよう 定10人  500円  色鉛筆、消しゴム  必要
<b>旭東公民館</b> 〒704-8183 東区西大寺松崎310-1 ☎/FAX086-943-1154	地域ええとこ発見講座Part3 ～地域のお宝 再確認!!～	1月19日(木)13時30分～15時  「お宝求めてプチ旅行 講座 編3」公民館で学ぶ地域のええとこ 定44人  必要
<b>光南台公民館</b> 〒702-8014 南区宮浦1324 ☎/FAX086-267-1255	海辺のコンサート	1月22日(日)14時～15時  ザ★リバースの「昭和から令和の ヒット曲&ベンチャーズエレキサウンド」 定30人  必要
	光南台キネマ	1月21日(土)9時30分～11時25分  映画「ゆずり葉の頃」 定20人  必要
<b>御南西公民館</b> 〒700-0951 北区田中157-110 ☎/FAX086-244-1855	わくわく文庫	1月30日(月)10時～11時30分  絵本の読み聞かせほか 未就園児と保護者 定親子15組  必要
<b>御津公民館</b> 〒709-2121 北区御津宇垣1629 ☎086-724-1441 FAX086-724-1666	初心者の野鳥観察会	1月14日(土)10時～12時  御津スポーツパーク駐車場  鳴 き声で分かる野鳥観察 定30人  防寒具、筆記用具、あれば 双眼鏡  ・ で1月12日までに
<b>灘崎公民館</b> 〒709-1215 南区片岡159-1 ☎/FAX086-362-0408	今日からはじめるエコ宣言！	1月23日(月)13時30分～15時30分  S D G s カードゲームを しよう 定25人  必要
	こころの講演会「自分らしく生き 自分らしいゴールを迎える」	1月30日(月)14時～16時  ウェルポートなださき かの木 ホール 定60人  必要
<b>瀬戸公民館</b> 〒709-0861 東区瀬戸町瀬戸54-1 ☎086-952-4146 FAX086-952-4163	悠々ナビ 源氏物語入門	1月21日(土)13時30分～15時30分  源氏物語の魅力と日本文 学を学ぶ 定30人  必要
	みんなの防災ウオーキング	1月21日(土)9時30分～12時30分  瀬戸南高校（東区瀬戸町 沖）周辺  危険箇所を探すウオーキング 定30人 必要

記号説明

日

日

時

期

日

時

間

場

場

内

容

講

師

対

象

定

員

費

用

持

参

品

申

込

他

の

他



## Library 図書館

行事の開催・中止は図書館HP  
に掲載します。

問い合わせは各図書館へ

※祝日が休館日に当たる場合、その翌日  
も休み（ただし中央図書館を除く）

※行事参加者はマスク着用（乳幼児除く）

※参加多数の場合、入室制限実施

※足守図書館の年末年始休館日は12/28～1/4・9・11

**マイナンバーカードが図書館利用者カ  
ードとして利用できるようになります**

中央図書館

マイナンバーカードを図書館カードと  
しても利用できるサービスを1月18日(水)  
から開始。希望者は図書館カードとマイ  
ナンバーカード（マイキーID発行済み  
のもの）を図書館窓口へ持参し、登録手  
続きを。



**中** 〒700-0843 北区二日市町56  
**央** ☎086-223-3373 FAX086-223-0093  
開館時間 10時～18時（木曜は11時～19時）  
休館日 月曜（祝日・振替休日は除く）、12/29～1/4

絵本読み聞かせ体験

1月11日(水)10時30分～11時  
定10組

・ で1月6日以降に

ふゆのおはなし会

1月21日(土)15時～15時45分  
定10組

・ で1月6日以降に

えほんのじかん

1月25日(水)15時～15時30分  
定10組

・ で1月11日以降に

おやおたのしみ会

1月27日(金)10時30分～11時  
定10組

・ で1月10日以降に

**浦** 〒702-8024 南区浦安南町493-2  
**安** ☎/FAX086-265-6141  
開館時間 10時～18時  
休館日 月・第2日曜、祝日、12/29～1/4・9・10

えほんのじかん

1月11日・18日・25日、2月1日の  
各水曜14時～14時30分

定先着5組程度

かみしばいのじかん

1月8日・15日・2月5日の各日曜  
11時～11時30分

定先着5組程度

おはなしのじかん

1月22日(日)11時～11時30分

定先着5組程度

浦安読書サークル

2月3日(金)13時～15時



**幸町** 〒700-0903 北区幸町10-16  
 ☎086-234-5188 ☎086-234-5189  
 開館時間 10時～20時(土・日曜は10時～18時)  
 休館日 月・第2日曜、祝日、12/29～1/4・8・9・10

おはなしの会

日 1月15日(日)15時～15時30分

定 10組程度 申(窓)・☎で

中国語でえほんのじかん

日 1月29日(日)15時～15時30分

定 10組程度 申(窓)・☎で1月6日以降に

えほんのじかん

日 2月4日(土)10時30分～11時

定 10組程度 申(窓)・☎で1月7日以降に

おはなしの会

日 2月5日(日)15時～15時30分

定 10組程度 申(窓)・☎で1月8日以降に

**伊島** 〒700-0016 北区伊島町二丁目9-38  
 ☎086-253-0822  
 開館時間 10時～18時  
 休館日 月・水・第2日曜、祝日、12/28～1/4・8・9・11

おたのしみ会

日 1月15日(日)11時～11時30分

申(窓)・☎で

**緑の図書室** 〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3  
 ☎/☎086-943-2298  
 開館時間 10時～18時  
 休館日 月曜、祝日、12/29～1/4・9・10

こどものじかん

えほん「うさぎのみみはなぜながい」ほか

日 1月14日・28日の各土曜15時～15時30分

定 5組 申(窓)・☎で1月5日以降に

えほんのじかん

日 1月25日(水)15時～15時30分 定 5組

申(窓)・☎で1月5日以降に

**建部町** 〒709-3111 北区建部町福渡487-1  
 ☎086-722-4555 ☎086-722-4550  
 開館時間 10時～18時  
 休館日 月・第2日曜、祝日、12/28～1/4・8～10

おはなし会「おもちゃがね…」ほか

日 1月28日(土)11時～11時20分

**御津** 〒709-2121 北区御津宇垣1629  
 ☎086-724-1712  
 開館時間 10時～18時  
 休館日 月・第2日曜、祝日、12/28～1/4・8・9

おはなし会

日 1月14日・28日の各土曜14時～14時30分

分 申(窓)・☎で月初めから3日前までに

**灘崎** 〒709-1215 南区片岡186  
 ☎086-362-5277  
 開館時間 9時～17時  
 休館日 月・第2日曜、祝日、12/28～1/4・8～10

おはなしのへや

えほん「おもち！」ほか

日 1月18日(水)14時30分～14時50分

おはなしひろば 人形劇ほか

日 2月18日(土)10時30分～11時15分

定 8組

申(窓)・☎で1月31日以降に



Park 公園協会からのご案内



**A 浦安総合公園西地区**

〒702-8025 南区浦安西町148-1  
 ☎086-261-8588 ☎086-262-9589

開園時間 9時～17時  
 休園日 12/29～1/3

**B 岡山市半田山植物園**

〒700-0004 北区法界院3-1  
 ☎086-252-4183 ☎086-252-2208

開園時間 9時～16時30分  
 休園日 火曜(祝日の場合は翌平日)、12/29～1/3

**C 操山公園里山センター**

〒703-8234 中区沢田649-2  
 ☎086-270-3308 ☎086-270-8353  
 ☎satoyama@okayama-park.or.jp

開館時間 8時30分～17時  
 休館日 火曜(祝日の場合は翌平日)、12/29～1/3

**D 西大寺緑花公園・  
百花プラザ**

〒704-8117 東区西大寺南一丁目2-3  
 ☎086-944-8716 ☎086-944-8715  
 ☎info-hyakka@okayama-park.or.jp

開館時間 9時～21時  
 休館日 月曜(祝日の場合は翌平日)、12/29～1/3

事前申し込みが必要な場合の手続き(全て先着順)および注意事項など

**A** イベント名、氏名、電話番号を、(窓)・☎で1月6日以降に

**B** イベント名に★印があるものは入園料が必要です。

**C** 講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を、(窓)・☎・☎・☎で ※小学生以下は保護者同伴

**D** (窓)・☎で1月5日以降に ※受け付けは18時まで

イベント名		内容
<b>A 浦安</b>	公園の植物みてあるき	日 1月16日(月)10時～11時 定先着15人
	バラの剪定と管理の基礎	日 1月20日(金)13時30分～15時 定先着15人 費200円 申必要
<b>B 半田山</b>	展示 みんなの写真展	日 1月28日(土)～2月12日(日)の各日9時～16時 (休園日を除く)
	★四季と自然を楽しむ会	日 1月12日(木)9時30分～11時30分 (雨天決行) 費入園料のみ
	★竹と笹の観察	日 1月26日(木)13時30分～15時 定先着15人 費入園料のみ 申(窓)・☎で1月5日以降に
<b>C センター</b>	もやい結びを覚えよう!	日 1月29日(日)9時30分～11時30分 対小学4年生以上 定先着10人 費200円(+材料費200円) 申必要
<b>D 百花</b>	バードウォッチング	日 1月21日(土)10時～12時(雨天中止) 対小学生以上 (小学生は保護者同伴) 定先着20人 費200円 申必要



**A** 公園の植物みてあるき



**C** もやい結びを覚えよう!



**D** バードウォッチング (ジョウビタキ)

**瀬戸町** 〒709-0856 東区瀬戸町下188-2  
 ☎/☎086-952-4531  
 開館時間 10時～18時  
 休館日 月曜、第2日曜、祝日、12/28～1/4・8～10

おはなし会

日 1月14日・21日・28日の各土曜11時～11時30分

おはなしの時間

日 2月4日(土)10時30分～11時

**視聴覚** 〒700-0843 北区二日市町56  
 ☎086-223-0097 ☎086-223-0093  
 開館時間 10時～18時(木曜は11時～19時)  
 休館日 月曜、第2日曜、祝日、12/28～1/4・8～10

企画映画会「ブッチー二に挑む 岡村養生のオペラ人生」

日 1月20日(金)14時～ 定40人

名作映画会「横道世之介」

日 1月22日(日)14時～ 定40人

動画撮影編集教室(全2回)

日 1月28日(土)・29日(日)の各日10時30分～16時30分 定16人 申(窓)・☎で

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康



# Center ふれあいセンターからのご案内

休館日 第3土曜、12/29～1/3  
※ウェルポートなださきから  
のお知らせも含まます



## 岡山ふれあいセンター

〒702-8002 中区桑野 715-2  
☎086-274-5151 ☎086-274-5100  
✉o-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西大寺ふれあいセンター

〒704-8116 東区西大寺中二丁目 16-33  
☎086-944-1800 ☎086-944-1801  
✉s-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 北ふれあいセンター

〒700-0071 北区谷万成二丁目 6-33  
☎086-251-6500 ☎086-251-6501  
✉k-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 西ふれあいセンター

〒701-0205 南区妹尾 880-1  
☎086-281-9611 ☎086-281-9612  
✉n-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## 南ふれあいセンター

〒702-8021 南区福田 690-1  
☎086-261-7001 ☎086-261-7025  
✉m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

## ウェルポートなださき

〒709-1215 南区片岡 159-1  
☎086-363-5001 ☎086-363-5011  
✉j\_welp@mx.okayama-fureai.or.jp

記号説明

日 日時

期 曜日

時 時間

場 場所

内 内容

講 講師

対 対象

定 定員

費 費用など

持 持ち

持 持参品

申 申込

他 その他

- 講座**
- ・申し込みは、講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を ☎・☎・☎・☎ で
  - ・受講の可否は各講座締め切り後はがきでお知らせします。なお、応募多数の場合は抽選、少数の場合は中止になることがあります。
  - ・ときめきプラザ会員は「生涯学習講座受講割引券」を使用できます(一部対象外講座あり)。
  - ※1…託児付き講座 ※2…材料代を含んだ金額 ※3…65歳以上優先 ※4…首がすわった3カ月～1歳未満の子どもと女性保護者
  - ※5…療育手帳を持つ小学生以上で成人の付き添いが可能な人
  - ※6…託児代・材料代を含んだ金額 ※7…知的・発達障害の小学生以上で成人の付き添いが可能な人

	講座名	日程・回数	時間	受講料など	締切
岡山	YORIDORIトレーニング～1回から受講できる運動講座～ バレトン	1/27(金)	13:30～14:45	630円	1/17
西大寺	いざという時のための救命講習(普通救命講習1)	2/2(木)	13:00～16:00	無料	1/23
	岡山市総合事業「生活支援訪問サービス」従事者研修	2/2～(木)全3回	10:00～15:00他	無料	1/23
北	気軽にかんたんお菓子づくり ※1	1/29(日)	10:00～12:00	1,940円 ※6	1/18
	正しい姿勢を身につけよう～正しい歩き方を知ろう～ ※3	2/4(土)	14:00～16:00	630円	1/25
	Let'sダンス!	1/27～(金)全5回	19:00～20:15	3,150円	1/17
	高齢者知識習得講座①「人生100年時代を楽しく生きるために!～いますぐやるべき3つのポイント～」 ※3	1/26(木)	13:00～15:00	630円	1/16
	高齢者知識習得講座②「はじめての庭木の手入れ～剪定(せんてい)～」 ※3	2/15(水)	13:30～15:30	630円	2/5
	絵本の読み聞かせボランティア養成講座	1/27(金)～全4回	10:00～12:00他	840円	1/17
西	体験しよう!リズムフィット★ボクシング	2/4(土)	10:00～11:15	630円	1/25
	色鉛筆で脳のトレーニング!大人の塗り絵教室	2/8(水)	14:00～15:30	630円	1/29
	お役立ち講座 日常生活から変える 体の便利な使い方 ※3	2/21(火)	13:00～14:30	630円	2/11
	赤ちゃんと一緒に産後エクササイズ ※4	2/9(木)	14:15～15:30	630円	1/30
	岡山市安全安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 ～健康づくり分野～「～健康と睡眠～ 睡眠から考える生活習慣」	2/25(土)	10:00～11:30	無料	2/15
南	傾聴ボランティア入門講座	2/7～28(火)全3回	10:00～12:00	630円	1/28
	季節の園芸教室「初春編」 ※3	2/11(祝)	10:00～11:30	2,000円 ※2	1/29
	知的障害者チャレンジ教室 運動教室 ※5	2/2(木)	14:30～15:45	210円	1/23
	岡山市安全安心ネットワーク 地域応援人づくり講座 ～地域福祉分野～最新犯罪から身を守ろう	2/7(火)	13:00～14:30	無料	1/28
	知的障害者チャレンジ教室 わくわくアロマスプレー ※5	2/22(水)	13:00～15:00	710円 ※2	2/12
	知的障害者チャレンジ教室 お花のフォトフレーム作り ※7	2/25(土)	13:30～15:30	1,010円 ※2	2/14
ななま	シニアのためのかんたん家トレ&ストレッチ ※3	2/27(月)	10:00～11:30	630円	2/16

**催し** 問い合わせは各センターへ

## 岡山ふれあいセンター

バレンタインにつくろう!アイシングクッキー

日 2月5日(日)①10時～11時②11時30分～12時30分  
対 3歳～(小学生までは保護者同伴、保護者1人につき子ども2人まで)  
定 各回15人 費 1,000円 申 1月26日までに

## 北ふれあいセンター

子育て支援イベント親子でお菓子づくり～ブラウニー～

日 2月12日(日)①10時～11時30分②13時～14時30分  
対 小学生2人までと保護者1人  
定 各5組 申 2月1日までに

## 南ふれあいセンター

もう一度みたい!ちょっと素敵な映画会

①おくりびと ②海よりもまだ深く  
日 1月29日(日)①10時～12時10分②14時～15時50分 定 各100人  
子育てハッピータイム

日 2月12日(日)10時～11時  
対 首が完全にすわった3カ月～1歳未満の乳児と保護者2人まで  
定 15組程度 申 2月2日までに

## ウェルポートなださき

親子体験教室 バレンタインアイシングクッキーを作ろう

日 2月12日(日)①10時～11時②11時30分～12時30分  
対 3歳～小学生と保護者(保護者1人に対して子ども2人まで)  
定 各6組 費 1組1,000円 申 1月31日までに