

# きたこうみんかん

岡山市立北公民館  
〒700-0081 岡山市北区津島東一丁目3-14  
Tel・Fax (086) 254-4633

[kitakouminkan@city.okayama.lg.jp](mailto:kitakouminkan@city.okayama.lg.jp)(変更しました)  
<http://www.city.okayama.jp/kouminkan/kita/index.html>

休館日 水曜日と  
祝日、年末年始  
(水曜が祝日の時  
は翌木曜も休館)

## ★主催講座のご案内★

### ジェントルマン生きがい喫茶

日時：4月8日(土) 10時～12時 **男性対象**  
(毎月第2土曜日開催、8月・2月はお休み)  
参加費：200円(コーヒー、菓子代)  
☆コーヒーを飲みながら会話を楽しみましょう。

### 子育てひろば Orange Room

日時：4月18日(火) 10時～12時  
(毎月第3火曜日開催、8月はお休み)  
☆就園・就学前の乳幼児と保護者対象。  
地域の子育て仲間をつくりましょう♡



### いきいきサロンひまわり

日時：4月28日(金) 10時～12時  
内容：おへやでお花見会  
参加費：1,000円程度(弁当代)  
☆お弁当を注文しますので、4月21日(金)までに必ず申し込みをしてください。  
☆毎月第4金曜日開催、お休みの月もあります。



### 元気で長生きを目指す!

☆脳・筋トレやノルディックウォークを通して、健康で元気な体をつくりましょう。  
日時：4月20日(木) 10時～12時  
場所：北公民館 美術工芸室(集合)  
参加費：200円(保険代含む)  
☆ポールをレンタルする方は、レンタル料1回500円が必要です。4月14日(金)までにお申し込みください。

### ★地域の未来を語るワークショップを開催しました(3月7日・火曜日)

御南西公民館などで子育て支援活動をされている藤原春子さんをゲストにお招きして、「子どもも大人も育ち合おう!地域がつながる子育て支援」をテーマに参加者23名でワークショップを行いました。

自分がやっている子育て支援の活動などを含めてそれぞれ自己紹介した後、「自分たちはお互いにどのような協力をしあえるか」を考え、グループの中で意見を出し合い、模造紙にまとめ、参加者全員で他のグループの意見を見て回りました。

地域活動や行事への若い世代の参加者が減少傾向にあることや、必要としている保護者へ支援が行き届いていない等、これから解決していかなければならない課題もいくつか挙がりましたが、会の終わり頃には、「地域の中にはこれだけ子育ての応援団がいるのだから、もっとネットワークを広げて協力し合えば、子どもの笑顔も増えると思う」、「孤立する家庭がないように、地域力を上げていくことが必要」といった、前向きなご意見やご感想をたくさんいただきました。引き続き、子育て支援について地域のみなさんと共に取り組んでいきたいと思ひます。

新年度は、子育て支援・応援の連続講座などを開催予定です。今後の展開や活動は、決まり次第、北公民館だよりなどでお知らせします。ぜひご参加ください!



## 平成29年度 新規開講クラブ講座

### ◆クンダリーニ・ヨガ◆

活動日時：毎月第1・3金曜日 9時45分～11時45分  
講師：井上 美幸さん  
受講料：1,000円/月(必要時コピー代100円/月)



### ◆あす食堂◆

おとな、子ども、高齢者、留学生…みんなで料理を作って、一緒に食べて、つながろう!  
活動日時：毎月第1日曜日 10時～16時  
(ただし、5月は14日開催)  
材料費：300円/月(小学生以下は100円)



岡山市ふれあい介護予防センター主催 介護予防教室

## 岡北ふれあい元気教室

☆毎月第1月曜日に、みんなで一緒に体操をしたり、健康についての話を聞いたりして楽しく過ごしています。参加費・事前申し込みは不要です。水分補給のための飲み物を持ってご参加ください。



日時：4月3日(月) 14時～16時  
場所：北公民館 2階 第1・2研修室  
内容：自分に必要な介護予防とは?

## 注目! 北公民館クラブ講座 むかしあそびの会

☆むかしあそびをしながら地域の仲間と交流する会です。家族で、親子で、おひとりでの参加もちろんOK! みんなでわいわい楽しく遊びましょう。

日時：4月16日(日) 10時～12時  
場所：北公民館 福祉室



### 緑のカーテンの苗を募集します

☆今年も5月頃に、日差しを遮る緑のカーテンを作る予定です。そこで、苗(アサガオ、ゴーヤ、フウセンカズラ、キュウリなどツル性植物)を持ち寄っていただける方を募集します。ご家庭に余った苗がありましたら北公民館へお持ち寄りください。苗植えをするメンバーも募集中です。一緒に苗の成長を見守り、出来上がった実を収穫しましょう!



## 平成29年度 クラブ講座一覧

※春は出会いの季節。新しいことにチャレンジしませんか？

No	クラブ講座名	実施曜日	実施時間	講師	No	クラブ講座名	実施曜日	実施時間	講師
1	ナチュラルアート	1・3月	10:00~12:00	田中 靖子	48	押し花	2 木	10:00~12:00	孝本 和子
2	フランス語会話	1・3月	13:30~15:30	ロデ フランク RODET FRANK	49	岡山市立北公民館 歩く会	3 木	随時	—
3	日本舞踊正派若柳流 若柳会・桃保会	1・3月	18:30~20:30	若柳 桃保	50	うたのひろば	3 木	10:00~12:00	桧山 武雄
4	ヨガA	2・4月	9:30~11:00	大島 順子	51	ボランティアグループ ままかりの会	4 木	10:00~12:00	—
5	ヨガB	2・4月	11:00~12:30		52	コスモス・リフレッシュ (気の基本功)	4 木	10:00~12:00	藤原 照恵
6	煎茶を楽しむ会	2・4月	10:00~12:00	小橋 宗早	53	フランス語初級	1・3金	10:30~12:00	ロデ フランク RODET FRANK
7	みの彫同好会B組	2・4月	13:00~15:00	—	54	中年からはじめる らくらくピアノ	1・3金	10:00~12:00	安藤 彰子
8	日本舞踊正派若柳流 (昼の部)	2・4月	13:00~15:00	若柳寿美和	55	着付けとマナー	1・3金	10:00~12:00	岩井 寿子
9	なつかしのメロディー	2・4月	14:00~16:00	柳 桂子	56	クンダリーニ・ヨーガ	1・3金	9:45~11:45	井上 美幸
10	芭蕉講座	2・4月	13:00~15:00	藤井 正彦	57	北句会	1・3金	13:00~16:00	藤井 正彦
11	楽しくうたおう会	1 月	10:00~12:00	若狭 敬子	58	華道池坊	1・3金	13:00~15:00	—
12	北ベビー	3 月	10:00~12:00	渡邊ゆかり	59	銭太鼓・傘踊り同好会	1・3金	12:00~15:00	—
13	料理いろいろ	3 月	10:00~13:00	畠瀬 徳子	60	ホアロハ フラ クラブ	1・3金	15:15~16:45	Oike Malapua Yoshiko
14	すみれコーラス	1・3火	10:00~12:00	康広美千子	61	茶道表千家	2・4金	9:30~15:30	三木 宗久
15	手編	1・3火	10:00~12:00	—	62	一般書道B	2・4金	10:00~12:00	高原 松峰
16	朗読かざぐるまA	1・3火	10:00~12:00	坂本富美子	63	パッチワーク	2・4金	10:00~12:00	岩井 典子
17	朗読かざぐるまB	1・3火	13:00~15:00		64	ザ・マジック	2・4金	13:00~15:00	藤原加津子
18	かな書道C-1	1・3火	10:00~12:00	的場奈央子	65	はじめての水彩画	2・4金	13:00~15:00	岡村 勝
19	かな書道C-2	1・3火	13:00~15:00		66	ひまわり文庫	2・4金	14:30~16:00	—
20	気功・太極拳A	1・3火	13:30~15:00	梁 薇	67	岡山北フォークダンスクラブ	2・4金	15:15~17:15	前田智恵子
21	虹の会歌謡教室	1・3火	13:00~15:00	香川まち子	68	水彩画	1 金	10:00~12:00	國米 恵子
22	スマイル3B体操	1・3火	19:00~21:00	渡邊ゆかり	69	洋画クラブ	2 金	10:00~15:00	—
23	入門英語	2・4火	9:30~11:30	藤井 正彦	70	紅芙蓉俳句会	2 金	13:00~16:00	密田真理子
24	名曲をうたおう三色すみれ	2・4火	10:00~12:00	康広美千子	71	料理A	3 金	10:00~13:30	堀井 佳江
25	ピラティス	2・4火	10:00~11:30	岩坪 路子	72	華道専敬流	1・3土	10:00~12:00	難波 薫風
26	大正琴(蝶の会)	2・4火	13:00~15:00	琴 奄 蝶	73	ヨガC	1・3土	10:00~11:40	大島 順子
27	太極拳と気功B	2・4火	13:30~15:00	梁 薇	74	茶道 裏千家	1・3土	9:30~12:30	松重 宗代
28	ジュニア3B体操	2・4火	16:00~18:00	渡邊ゆかり	75	中国語	1・3土	13:00~15:00	張 蘇
29	合唱団じれん(男声)	2・4火	19:00~21:00	前田 英	76	夏帽子俳句会	1・3土	13:00~16:30	密田真理子
30	文章表現講座	奇数月2火	10:00~12:00	井久保伊登子	77	コール・ゆうぶんげん	1・3土	18:00~21:00	高野 敦
31	健康になろう男性の会	奇数月3火	10:00~12:00	中央保健センター保健師	78	練功十八法	2・4土	10:00~12:00	鈴木 志江
32	いきいきストレッチング	1・2木	10:00~11:30	赤堀 静枝	79	Let's Enjoy English	2・4土	10:00~12:00	名合 智子
33	楊名時健康太極拳	1・3木	10:00~12:00	赤澤 陽子	80	狂言(初級)	2・4土	13:30~16:00	田賀屋夙生
34	詩吟 鷺照会	1・3木	9:30~11:30	木村 縫照	81	狂言(中級)	2・4土	16:00~19:00	
35	洋裁クラブ	1・3木	13:00~15:00	藤原 鶴子	82	ひまわり同好会	2・4土	13:00~15:00	武田 達子
36	日本3B体操	1・3木	13:00~15:00	舩曳 直美	83	短歌A	1 土	10:00~12:00	長岡 一也
37	社交ダンス初級	1・3木	15:30~17:30	伊藤 暢康			4 火	13:00~15:00	
38	はじめてのオカリナ	2・4木	10:00~12:00	河井由美子	84	短歌B	奇数月2土	14:00~16:30	赤羽 学
39	ほのぼの3B体操	2・4木	9:30~11:30	佃 裕子	85	コリアンクッキング	2 土	10:00~14:00	姜 慶守
40	俳画	2・4木	13:00~15:00	岡崎 里風	86	北謡会	1・3日	9:30~12:00	金子 龍二
41	初級英会話	2・4木	10:00~12:00	ROB CONNOLLY			87	みの彫同好会A	1・3日
42	英会話サロン	2・4木	13:00~15:00		岡崎シゲ子	88	御野カラオケ同好会	1・3日	12:30~16:00
43	北民踊とすみれ会	2・4木	13:00~15:00	伊藤 暢康	89	岡北囲碁同好会	2・4日	9:30~16:00	—
44	社交ダンス入門	2・4木	15:30~17:30	田中 一雄	90	韓国語講座	2・4日	10:00~12:00	大西謙一郎
45	中高年のパソコン教室	2・4木	18:00~20:00	黒藪美代子	91	あす食堂	1 日	10:00~16:00	—
46	スポーツ吹矢	2・4木	13:00~15:00	清水 俊子	92	むかしあそびの会	3 日	10:00~12:00	早原 淳人
47	和紙ちぎり絵	1 木	10:00~12:00						

クラブ講座は随時見学いただけます。開講日時が変更になることもありますので、  
まずは北公民館にお問合せの上、お越してください。受講料や材料代などの詳細も、お尋ねください。

○……新規開設クラブ

食器のリサイクルコーナー

ご不要になった食器を持ってきてください。ご入用の方に差し上げます。