

# 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  
eメール kitakouminkan@city.okayama.lg.jp  
http://www.city.okayama.jp/kouminkan/kita/index.html

**休館日** 水曜日・  
祝日・年末年始  
(水曜が祝日の時は  
翌木曜日も休館)

## 主催講座のご案内

### 地域ぐるみで子育て支援を！

《毎月第1月曜日開催》

#### ♡ 子育てサロン あったかひろば

【日時】2月3日(月) 10時～12時

3月2日(月) 10時～12時

※3月はリトミック



《毎月第3火曜日開催》

#### ★ 子育てサロン Orange Room

【日時】2月18日(火) 10時～12時

3月17日(火) 10時～12時

※3月は和みヨガ

【参加費】無料 【場所】北公民館1階 福祉室

【対象】就園・就学前のお子さんと保護者

【スタッフ】御野学区愛育委員会ほか

### 健康講座 心と体、食からの健康

#### 発酵食品 こだわりの味噌づくり

【日時】2月7日(金) 13時30分～16時

【参加費】1,000円(1kg) ※当日集金

【持ち物】エプロン、三角巾、ふきん2枚、

味噌1kgが入る容器

【申込】必要、北公民館まで

《毎月第2土曜日開催》

#### ジェントルマン生きがい喫茶

【日時】2月8日(土) 10時～12時

【参加費】100円(コーヒーと菓子付)

男同士で安心して語れる場です。

聞くだけでもOK。

※2月はお休みの予定でしたが開催します。



## 若草物語 Little women



【日時】2月17日(月) 10時～12時

【参加費】無料 【定員】50名

準備のため、なるべく事前にお申し込みください。

## 楽しいひまわりの会

### ◎ 中華ちまきを作ろう ◎

【日時】2月28日(金) 10時～13時

【対象】どなたでも 【定員】15名

【参加費】500円 【講師】保母 宏子さん

【内容】黒米ちまきとあん入り栗ちまきを作ります。

その場で召し上がられた分以外はお持ち帰り  
いただけます。

【申込】必要 【締切】2月21日(金)

2019年度岡山市立北公民館主催 ESD 推進活動

## KIDS' KITCHEN

【日時】2月29日(土) 10時～14時

※集合は9時45分

【対象】小学生以上(2年生以下は保護者同伴)

【定員】30名 先着順(子ども、おとな合わせて)

【参加費】200円 ※当日集金(保護者も必要)

【内容】うどん、いちごミルクかん作り

【申込】必要、北公民館まで

【締切】2月22日(土)

アレルギーのある方は  
申込時に教えてください。

《毎月第1月曜日開催》

## 岡北ふれあい元気教室

【日時】2月3日(月) 14時～16時

【参加費】無料 【対象】65歳以上の岡山市民

【内容】虫歯・歯周病予防

【持ち物】水分補給用の飲み物

## 今月のクラブ紹介 第2・4木曜日 **はじめてのオカリナ**

——オカリナの魅力とはどんなところでしょうか。

- 音色がやさしく綺麗なところです。
- 他の楽器と違ってサイズが小さくて持ち運びもしやすく、価格もお手頃です。

——普段はどんな活動をしていますか。

- 年に何度かある発表会へ向けて練習しています。
- ルネスホールや吉備路文学館、西側緑道公演でも演奏しています。牧石幼稚園や岡山芸術祭にもボランティアで演奏をしに行っていますよ。

——クラブの雰囲気はどんな感じでしょうか。

- 『楽しく 仲良く 元気よく めざせ健康年齢 85 を過ぎて！』を目標に、とても和気藹々としています。オカリナの音色のように、穏やかに優しい方ばかりです。
- 演奏する曲はメンバーで選んで決めますが、北公民館の受講生の方々はやさしくて音が綺麗な曲をよく選ばれていますね。(講師/河井由美子先生談)

——受講されて良かったことは何ですか。

- 楽譜を読むので頭を使いますし、演奏には指も使うのでとても良い頭の体操になります。オカリナを吹くのに肺だけでなく喉も使うので、喉も鍛えられて良いですよ。
- 優しい音色を聴いていると気持ちも穏やかになってきますしね。
- 講師の河井先生が教えていらっしゃる他のグループとの交流もあり、多くの方と親睦が深められて楽しいです。出雲へ行ったり、新庄村の桜祭りへも足を運んで皆で演奏をしました。

——これからこのクラブへ入られる方々へ一言！

- 楽器を使う音楽だと思って難しく考えず、気軽にやってみて欲しいです。楽譜が読めなくても、一から丁寧に教えてもらえるので大丈夫ですよ。初心者大歓迎！
  - 演奏は、一人でやるより皆でやるともっと楽しいです。是非一緒に合奏しましょう、とても楽しいですよ！
  - 男性の受講生の方をもっと増えて欲しいです！
- まずは見学から、気軽に来てみてくださいね。

取材へとてもやさしく丁寧に答えて下さった『はじめてのオカリナ』の皆さん。ご協力ありがとうございました。



◀練習風景。音出し、音合わせから始まり、息を吹き込んでオカリナを温めてから曲の練習をします。

▶実際に使用するオカリナ。使っているとどんどん馴染んできて、愛着が湧いてきます。



## 公民館工事の**期間延長**のお知らせ



公民館だより 2019 年 11 月号にて、北公民館の外壁・内壁及び駐車場拡張の工事と駐車場の移動についてご案内しておりましたが、当初のご案内より**工事期間を延長**することになりました。

これに伴いまして、**公民館の駐車場利用制限も延長**致します。

来館者の方にはご迷惑をお掛け致しますが、引き続きご理解、ご協力の程お願い致します。

《変更前》2020 年 **2月末** → 《変更後》2020 年 **3月中**



岡北中学校の駐車場利用方法につきましては、館内の掲示か公民館だより 2019 年 11 月号をご覧ください。

講師の方以外で自家用車をご利用の方は、岡北中学校の駐車場をご利用ください。

