

# 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](mailto:kitakouminkan@city.okayama.lg.jp)  
<http://www.city.okayama.jp/shisei/0000022493html>

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

### ほくほく シニアカレッジ

- ① 5月30日(木)「バスガイドさんが案内する模擬体験旅行～鳥取～」
- ② 6月29日(土)「吉備国古代史～上道氏と幡多(秦)氏の謎～」
- ③ 7月29日(月)「岡山に残る昭和初期の建物～岡北学区の公会堂を中心に～」
- ④ 8月30日(金)「平安文学と工芸作品の画題について」
- ⑤ 9月30日(月)「坪田譲治をご存じですか？」
- ⑥ 10月31日(木)「『ガラスの創造力—色彩と煌めきの4000年—』の見どころ解説」
- ⑦ 11月29日(金)「シニアの楽しい交通安全教室」
- ⑧ 12月16日(月)「安心して老後を過ごすために～相続・遺言・成年後見制度など～」
- ⑨ 1月24日(金)「花の魅力と不思議～知っておきたい植物学～」
- ⑩ 2月28日(金)「歌って踊って脳トレを楽しもう」

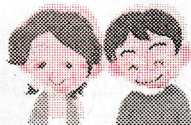
【時間】いずれも13:30～15:30

【対象】おおむね65歳以上の方

【定員】各回先着50名

【参加費】無料

※4月27日(土)9時30分より窓口または電話で受け付けます。申込時に受講される回をあらかじめ選んでいただきます。複数回選択可能ですが、各回50名(先着順)となります。ご了承ください。



### ★子育てサロン あったかひろば

◆4月15日(月)10時～12時「親子でリトミック」

※4月は第3週に変更、5月は休みです。

### ★子育てひろば Orange Room

◆4月16日(火)10時～12時 情報交換

支援スタッフ 岡北学区在住の子育て支援者

【対象・定員】乳幼児とその保護者・10組(先着順)

【参加費】無料

## 庭木の手入れ

剪定道具の使い方、剪定の手順、また病害虫の対策や施肥など日常管理についてのお話と公民館の敷地の庭木で枝の切り方の実践をします。

【日時】5月28日(火)13:30～15:00

【定員】15名(先着順) 【参加費】200円

【持ち物】筆記用具・作業用手袋・あれば剪定ばさみ

【申込】5月7日(火)9:30から窓口または電話で受け付けます。

### ごみ減量・リサイクル推進講座

#### おいしいコーヒーの淹れ方とSDGs なくらし

おうちでもできる美味しいコーヒーの淹れ方を学び、コーヒーかすを使って消臭剤を作ってみませんか。

【日時】6月11日(火)13:30～15:30

【講師】サニティコーヒー 江田さん・ダブエプロン 江見さん

【定員】10名(先着順)

【参加費】300円(材料代)

【持ち物】筆記用具・マイコーヒーカップ

【申込】5月7日(火)9:30から窓口または電話で受け付けます。



岡山市ふれあい介護予防センター

岡山市立北公民館共催

## 岡北ふれあい元気教室

① 4月1日(月)14時～16時

「基礎から学ぶ あつ晴れ!もも太郎体操」

② 5月20日(月)14時～16時

「楽しく学ぼう!今から備える災害時の食事」

※5月は1週目が祝日なので第3週に変更

【受講料】無料

【対象】おおむね65歳以上の岡山市民

【持ち物】筆記用具・水分補給が出来るもの

※事前の申込みは、不要です。

【問合せ】岡山市ふれあい介護予防センター北事務所

086-251-6517 8:30～17:00(土・日・祝を除く)

