

## 新しい生活様式を

新しい生活様式に、スイッチしよう！  
**スイッチ！おかやま**



新型コロナウイルス感染症対策のため、全ての主催講座について**事前申込が必要**です。感染状況により、主催講座等を中止・延期する場合がありますのでご了承ください。来館される際は上記の点にご留意ください。

ごみ減量・リサイクル推進週間公民館講座

壊れたり、動かなくなったりしたおもちゃはありませんか？  
おもちゃの病院で治療して、また遊ばしましょう！！

# 操南★おもちゃの病院

5月30日(日) 10:00~12:00 (受付は11:00まで)

【ドクター】吉備おもちゃの病院 院長 宮脇 俊作 先生 他

【受診料】無料 (ただし、実費は必要)

【持ち物】直して欲しいおもちゃ1個

(あれば：壊れた部品・付属品・説明書・空き箱など)

★修理できないおもちゃもあります。  
詳細は公民館チラシ、HPでご確認ください。

参加 無料 申込 必要

136号

令和3年5月1日発行  
岡山市立操南公民館

男女共同参画推進週間「さんかくウィーク2021事業」

## 2回連続講座 セルフ・リカバリー

～心と空間のお片付け講座～

生活が豊かになり情報やモノがあふれている今。片づけに追われたり、自分の時間が取れず雑多な空間でストレスを感じていませんか？  
利き脳に合ったリバウンドしない片づけを始めてみましょう。

【講師】林 恵子さん (ライフオーガナイザー)  
【定員】10名 (2回とも参加ができる方)  
【参加費】無料  
【託児】1人につき300円 (5人まで)



① 6/28(月) 10:00~12:00  
～リバウンドしない片づけ方～

モノだけではなく、思考や時間の整理の仕方や具体的な整理収納の技術を学ぼう。

② 7/26(月) 10:00~12:00  
～利き脳にあった具体的な片付け方～

自分の利き脳にあった片づけ方って、どういうこと？暮らしのストレスを減らし、楽しい毎日を過ごそう。

参加 無料 申込 必要 受付開始 6/1~

## 新年度から新たなメンバーでスタートします。

### 着任のご挨拶

公民館振興室から異動して参りました。公民館の現場は一般事務とは勝手が違い少々戸惑ってはおりますが、皆様との様々な出会いや学びを通じて人間力を磨きたいと思っております。不慣れではございますが、一日も早く皆様のお役に立ちたいと頑張ります。どうぞよろしくお願い申し上げます。



主査 青木 正美

### 異動のご挨拶

4月から、南公民館に異動することになりました。操南公民館では5年間お世話になりました。育休で不在の時期があり、皆様のお役に充分立てなかつた点もあったかと思います。在任中は地域の皆様との出会いに恵まれ、あたたかいご支援をいただきましたことを、心より感謝申し上げます。皆様方のご多幸と、操南地域の益々のご発展を心からお祈りいたします。

主任 藤田 友望

# 操南公民館だより

日程	タイトル	講師
5月28日(金) 13:30~15:30	◎ 開講式 「バスガイドさんが案内する 模擬体験旅行～京丹後・天橋立～」	岡村 真美 (フリーバスガイド)
6月25日(金) 13:30~15:30	できていますか災害に対する備え	大森 郷 (防災士 岡輝公民館)
9月24日(金) 13:30~15:30	今日から始める生前整理	金井 美和 (COZY STYLE)
10月22日(金) 13:30~15:30	おなかの雑菌	渡代 伸子 (岡山ヤクルト販売)
11月12日(金)	研修旅行 ※ 行先未定	岡村 真美 (フリーバスガイド)
11月26日(金) 13:30~15:30	花と魚 ～旬の話～	森下 倫年 (お魚かたりペ)
12月24日(金) 13:30~15:30	介護・看取りを考える - 妻を14年介護して -	磯部 作 (元日本福祉大学教授)
1月28日(金) 13:30~15:30	今が青春 一生青春 ～ わが人生に定年は無し ～	井上 いつのり (フリーアナウンサー)
2月25日(金) 13:30~15:30	二胡の音色を聞いてみよう ◎ 閉講式	田中 佳世 (日本二胡普及会 専任講師)

中高年の学びの場、寿大学の年間講座が決まりました。  
**事前の申し込みが必要**です。  
皆さんのご参加をお待ちしております。

# ためになる 寿大学

【定員】50人  
【対象】65歳以上の方

参加 無料 申込 必要

講義や語りを通して操南・岡山の暮らしを見つめ、歴史的魅力を再発掘します。私たちの町、操南・岡山について一緒に勉強しませんか？

◆ 5月14日(金) 13:30~15:30  
講義「岡山と日蓮宗」  
【講師】平松典晃(帝塚山大学非常勤講師)

◆ 6月11日(金) 13:30~15:30  
講義「牛馬の信仰と大山」  
座談会「今年度の座談会テーマと役割分担について①」  
【講師】平松典晃(帝塚山大学非常勤講師)

◆ 7月9日(金) 13:30~15:30  
講義「山田方谷の事績」  
【講師】田村啓介(高梁市教育委員会参与)

◆ 9月10日(金) 13:30~15:30  
講義・座談会「撮り続けた岡山映像記録」  
～蒸気機関車の魅力～②  
【講師】高島正之(CFRCレポ岡山)

【定員】50人  
★事前の申し込みが必要です。  
【対象】地域の方

参加 無料 申込 必要

## 全8回 操南・岡山をもっと知ろう会

## 岡山市立操南公民館

TEL(086)-276-7898

〒702-8006 岡山市中区藤崎201-4

✉ sounankouminkan@city.okayama.lg.jp

操南公民館の情報は**下記の二次元コード**でもご覧いただけます。

HP▶



Facebook▶



### 資源回収について

操南公民館は、資源化物の回収ステーションになっています。



### 回収できる

ビン・缶・蛍光灯  
食品トレー  
**スプレー缶**

スプレー缶の出し方が変わりました。  
使い切って、**穴を開けずに緑色のコンテナ**に出して下さい。

### 回収できない

ペットボトル・乾電池・廃油・古紙  
発泡スチロール・牛乳パック





# 全3回 楽しく知ろう！かしこく使おう！初めてのスマホ教室

日時・内容	
①	<b>6/29(火) スマホ操作入門</b> 10時～11時… 電話・メール・地図・カメラ・インターネットなどの基本操作 11時～12時… 質問タイム
②	<b>7/12(月) はじめてのLINE+セキュリティー</b> 10時～11時… LINEを使ったSNS体験!! 11時～12時… 質問タイム
③	<b>7/30(金) 操作の復習+便利な検索</b> 10時～11時… 『検索機能』を上手に使おう!! 11時～12時… 質問タイム

【定員】先着 25人  
(3回とも受講できる方を優先)  
【対象】スマホ初心者や購入を検討している人  
※初めて受講される方を優先します  
【持ち物】スマートフォン・筆記用具・飲み物  
★スマホを持っていない方には  
デモ機を貸し出します。  
【講師】ソフトバンク公認 スマホアドバイザー  
【場所】操南公民館2階

6/1  
9:30~  
受付開始



申込 参加  
必要 無料

## ゆるゆるすくすく♡そうなん

◆5月15日(土) 10:00~12:00  
講演会「みんなで考えよう 発達障がい」

発達障害の子供達はものの見方や感じ方、理解の仕方が個性的です。それゆえ、対人関係や日常生活の中で困り感を感じることもあります。多くの当事者やご家族の相談に乗ってこられた土岐淑子先生のお話です。

【講師】岡山県自閉症協会専門部理事 土岐 淑子さん  
【定員】20人(先着順)  
【託児】5名まで(託児料300円/人)

申込 参加  
必要 無料

## みんな集まれ!

受付開始  
5/7~

子どもの遊びを応援し、保護者同士の仲間づくりや情報交換の場を目指します。(～令和4年3月 全9回)

- ◆6月11日(金) 10:00~12:00  
テーマ:『はじめまして リトミック遊び part 1』
- ◆7月 9日(金) 10:00~12:00  
テーマ:『ボールで遊ぼう』

【講師】井上 麗子さん・山田 由美さん  
【対象】幼児とその保護者(赤ちゃんもOK!)  
【定員】8組  
【材料費】500円(初回集金)

申込 参加  
必要 無料

## エシカル講演会 オンライン講座 ～買い物で地域と未来を幸せに!～

身の回りの商品が手元に届くまでのストーリーを思い描き、大切な故郷や地域のコミュニティを未来につなげるための「買い物の仕方」を一緒に考えてみましょう!

◆5月22日(土) 10:30~12:00  
【講師】加渡いづみさん  
【定員】30人  
【会場】操南公民館

申込締切  
5/11

西川アイプラザ  
から中継します

申込 参加  
必要 無料  
オンライン

★受講者プレゼント…ファジャーノエコバック

## 操南健康ウォーキング

- ◆5月7日(金) 9:30~12:00 (約3.0km)  
ハローズ円山店～操山コース  
★軽登山靴、ストック(お持ちの方)
- ◆6月4日(金) 9:30~12:00 (約6.0km)  
岡山ふれあいセンター～新岡山港

★7月・8月・9月はお休みです

※保険はかけていませんので各自安全に配慮下さい。  
※雨天時は翌週の金曜日に順延します。

申込 参加  
必要 無料



## キッズ3B体操 体験会

【日程】令和3年5月27日(木)  
【時間】14:45~15:45  
【場所】操南公民館 実技室  
【対象】4~5歳

3B体操は、用具を使って音楽に合わせて運動あそびやダンスをします。自然にリズム感やバランス感覚が身に付き、楽しく体力アップできますよ!!

★体験無料  
裸足で動きます。  
水分補給用の飲み物を持参で動きやすい服装でお越しください。



### ロビー展示の募集

自分の作品を公民館に展示しませんか? クラブ作品以外でも展示できます。興味のある方は公民館までご相談ください。

く場を作りたくて考えています。早くコロナ感染が収まり、日常が戻ってくることを願っています。

### 琴クラブおさらい会

3月16日、操南公民館の琴クラブで「おさらい会(ミニ発表会)」があり、今まで練習してきた曲を全員で演奏し披露しました。曲は、「富士」「砦(きぬた)」「六段の調など7曲です。中でも「扇的」は右手で琴を弾き、左手は扇を持ち動かしながらの演奏と難しいものですが、皆で息のあった演奏で素敵な音が部屋中に響き渡りました。

### お知らせ

#### 「ワクチン接種について」のビデオをご覧ください

新型コロナウイルス接種がもうすぐ始まります。岡山市から「新型コロナウイルス接種種について」のビデオ約25分が公民館に届いています。ワクチンとはどんなものか、有効性と予防効果、安全性と副反応についてなど、公民館のロビーでもご覧いただけます。各町内会等での利用の希望があれば公民館にご相談ください。

#### 公民館に花の種をまこう

4/26(月) 14時~  
花の種まきをします。種の種類は、百日草・日日草・パチュニア・マツバボタンです。一緒に種まきをしませんか。お待ちしております。

### 地域の情報

このコーナーでは旭操・操南・操明の電子町内会で掲載された地域情報をご紹介します。



## 「操南支え合いの会」が発足

令和3年4月、操南学区の社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会・愛育委員会・連合自主防災会が連携して、「操南支え合いの会」を発足させました。地域の福祉団体が中心となり「年をとっても住み続けたいと思える地域」を目標に活動を進めていきます。過去に操南学区で配布された救急安心カードのリメイクや、地域の現状を知るためにアンケートの実施など、地域の方の協力を得ながら徐々に進めていく予定です。皆さんのご協力をよろしくお願い致します。

## 旭操コミュニティハウスのトイレが改修



旭操コミュニティハウスのトイレ改修が行われ、3月9日から利用が出来るようになりました。利用者からも、「今までは男女共用だったので、不便な場面もあった。改修後はドアが男女別々に付けられているので遠慮なく入れる。子どもと一緒に入っても余裕があり、落ち着いて利用できる。」という新しいトイレの感想をいただいています。女性用は真っ白、男性用は白とグレーでややシックな色合いになっています。また、支えやバーが増えて、誰でも安心して使えるように工夫されています。

## 操南 藤山寛美遺笑集新・十快笑 銀幕劇場 はなの六兵衛

— あらすじ —  
有馬家の危機を救うハナ利きの名人・六兵衛の出世話を、アドリブを加えながらアレンジしたまげもの喜劇。(昭和を代表する喜劇役者・藤山寛美の遺笑集新・十快笑より)

【作】一堺 漁人 【脚色】茂林寺 文福  
【主演】藤山 寛美・小島 慶四郎 他

◆6月12日(土) 13:30~14:30  
【定員】40人

申込 参加  
必要 無料

## 操南いきいき教室

岡山市ふれあい介護センター 共催事業

体操やレクリエーションなどから、健康寿命増進のためのノウハウを学びます。

◆5月13日(木)13:30~15:30  
『防ごう誤嚥性肺炎 のぼそう健康寿命のど・口を鍛えて飲み込む機能を守ろう』

◆6月10日(木)13:30~15:30  
『食事からフレイルを予防しよう!』

【指導】岡山市ふれあい介護予防センター  
【対象】おおむね65歳以上の方

申込 参加  
不要 無料