

食品ロス削減取組講座 (サルベージ・パーティ®)

### 持ち寄った食材で 素敵なお弁当を作ろう!

家庭で余った食材を持ち寄って、その場で作る料理をみんなで決めます。今回のテーマは「お弁当」。行楽シーズンの参考にどうですか?シェフからレシピのアイデアや上手な盛り付け方を教えてもらいながら、食品ロスを減らしましょう♪

料理初心者もシェフが優しく教えてくれます♡

【日時】9月3日(火)10:00~12:00  
【講師】フレンチレストラン「VINETTE-ヴィネット-」  
オーナーシェフ 宮地 和徳さん  
【定員】15人(先着順) 【参加費】500円(当日集金)  
【託児】5人まで(先着順) **無料!**  
ご希望の方は申込時にお伝えください。  
【持ち物】**弁当箱**・エプロン・三角巾・ふきん・手ふき  
・持ち帰り用容器(作り過ぎた場合)・盛付用小物(必要な人)  
・**家庭で余っている食材**(申込み時に持込み食材を聞きます)  
※期限の切れた食材、食べかけの食材はご遠慮ください。



申込  
必要

【申込期間】8/27(火)17:00~まで ★次回は12/10です。

## シニア世代の学びの場 寿大学 // 操南・岡山をもっと知ろう会

脳も体も活性化!! 楽しく学べるシニアの勉強会です。

アメリカ僧侶が語る

「日本の仏教と高野山、曹源寺」

【講師】悟妙 Kevin Sepricさん (僧侶・英会話講師)  
【日程】7月26日(金) **申込必要**  
【時間】13:30~15:30  
【定員】80人程度 **参加無料**  
【対象】おおむね65歳以上

講義や語らいを通して操南・岡山の暮らしを見つめ、歴史的魅力を再発掘します。

操南を語る会①

「沖田神社の歴史、各地祭神」について

【講師】谷川 喜洋士さん・藤原 潔さん **申込必要**  
【日程】7月12日(金)  
【時間】13:30~15:30 **参加無料**  
【定員】50人程度 【対象】どなたでも

ごみ減量・リサイクル推進週間公民館講座

## 操南☆おもちゃの病院

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、また遊びましょう!!

8月31日(土) 9:30~12:00

【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**  
★修理できないおもちゃもあります。 **申込必要**  
詳細は公民館チラシやHPでご確認ください。 **参加無料**

## 操南フラワーサポーター募集中

基本から学べる花壇作りを一緒にしませんか? 「四季のガーデニング講座」の花壇を引き継ぎ、学びながら楽しく園芸作業をしています。みんなで花壇作りや鉢の植え替え、草取り、剪定などをして公民館を花と緑で飾りましょう!

休憩の「ほっと一息タイム」では、情報交換もできます♪

＜みんなで作業する日時＞

毎月第2月曜日 10時~12時

いつでも、メンバー募集しています! 上の作業日以外にも、ご自分の都合に合わせて作業して下さっています。



## ★中学生プロデュース 夏休み Enjoy your day ★

今年も中学生による  
夏休み企画始動中!!

「中学生にも、公民館で活動してほしい!」「自由な発想で、自分たちの想いを小学生に伝えて欲しい」と、昨年度からこの講座を始めました。今年、その呼びかけに9名の操南中学校の生徒が応えてくれました。NPO法人だっぴの協力も得ながら、楽しく夏休みの小学生向けの講座を企画中です。

本番は、7/25(木)13時~15時『Enjoy smile day(エンジョイスマイルデイ)』。中学生が考えた「体験させたい」「楽しませたい」を詰め込んだ、複数のブースを設けます。前回、参加して「また

やりたい!」という3年生。小学生として参加して楽しかったから、「今度は自分が楽しませたい!」という1年生の参加もありました。

企画から運営まで、たくさん決めることがあります。柔軟な発想とチームワークで、和やかにサクサクと準備が進んでいます。本番まであと少し!! どんな本番になるのか楽しみです。みなさんごうご期待!



＜屋下がりの音楽会 Part2＞

オカリナのやさしい音色をお楽しみください

## ★七タコンサート

7月7日(日)  
13:30~ 開演(13:00~開場)

【演目】★童謡  
★懐かしい昭和歌謡

【出演】操南オカリナクラブうみ  
近隣公民館のオカリナフレンズ



申込  
不要  
参加  
無料

操南☆おとなの楽校

## パーソナルカラーを学ぼう ~ 似合う色で印象アップ ~

「この色って自分に合ってるの?」色選んで難しいですね。自分に似合う色を知って、毎日の服選びを楽しみませんか? お子さんのいる方でも参加がしやすいよ**託児つき**です。

【講師】正宗 幸子さん (ファッションコンサルタント)

【日程】9月12日(木)  
【時間】10:00~12:00  
【定員】15人(先着順) **申込必要**  
【対象】誰でも **参加無料**

【持ち物】筆記用具、スタンドミラー(大きさは問わない)  
【託児】5人まで(先着順) **お子さん1人につき300円**  
ご希望の方は申込時にお伝えください。

【申込】7月25日(木)9時30分~。窓口・電話で。

## 「沖新田物語」 操南公民館では初公演

昨年11月、操南小学校150周年記念に操南小学校体育館で沖新田一座による「沖新田物語」が公演されました。公演内容は、沖田姫伝説とこの地域の干拓の歴史の物語です。

地域の方々と小・中学生、公民館の職員も参加しました。みんなで熱演し、大好評でした!!

しかしその後、当日に観劇できなかった人たちから、「次回の公演はいつするのか?」という問い合わせが、沖新田一座に相次ぎました。そこで、前回の出演者に声をかけて、公民館で再公演する運びとなりました。毎週金曜の夜、コミュニティハウスで練習しています。ぜひ操南公民館で、一緒に「新田魂」を感じましょう!!



【日時】8月4日(日) 13:30~15:00

【定員】60人程度



今回も出演します!!  
一生懸命、セリフを思い  
出していま~す^\_^;

申込  
必要  
参加  
無料

## 操南銀幕劇場

### ★爆笑! 漫才大全in武道館

横山やすし 西川きよし 爆笑王漫才ベストコレクション  
『やすしきよしの漫才独演会』

### ★第4集 中高年よ! 人生はこれからだ!

綾小路きみまろ 爆笑! エキサイトライブビデオ  
以上、2本立てです!!

◆ 8月10日(土) 13:30~15:50 **申込必要**  
【定員】50人 【対象】どなたでも **参加無料**

## 介護予防教室 操南いきいき教室

共催:岡山市ふれあい介護センター

いつまでも元気で暮らせるように、健康づくりのための軽い運動や講話を医療・福祉の専門職がお伝えします。

◆ 7月11日(木)13:30~15:30  
『股関節が要!自分の足で歩き続けるために』  
◆ 8月8日(木)13:30~15:30 **申込不要**  
『「よい咀嚼(そしゃく)」から始まるフレイル予防』 **参加無料**  
【対象】おおむね65歳以上の方  
【場所】操南公民館  
【問合せ】岡山市ふれあい介護予防センター(086-274-5211)

## 第35回操南公民館まつり 日程決まりました!!

10/12(土)9:30~16:30・10/13(日)9:30~15:30

★実行委員会 7/27(土)・9/28(土) 各日10:00~12:00  
★役員会 7/11(木)・9月上旬 各日10:00~12:00