

増位公民館だより

No.157 令和6年5月号

姫路市白国1丁目1番16号

TEL・FAX 079-284-3550

休館日 月曜日、年末年始

◎5月の教養講座

楽しく学ぶ「特殊詐欺・消費者被害」防止

最近よく聞く、特殊詐欺や消費者被害の防止について、姫路警察署生活安全課の警察官にその実情と防止策について講演していただきます。自分は大丈夫と思わずにご参加下さい。

包括支援センターの職員からは高齢者支援について紹介していただきます。

- ・日時：5月24日（金） 午後1時30分～3時
- ・講師：姫路警察署生活安全課 警察官
増位・広嶺地区包括支援センター 職員



5月の生活楽学講座

(1) 「♪二胡とキーボードの演奏会♪」

二胡は、中国の伝統楽器で、その哀愁を帯びた音色は、古くから中国で愛でられています。心の琴線にそっと触れ、心を癒してくれる二胡の演奏を是非お楽しみください。

- ・日時：5月17日（金） 午前10～11時
- ・演奏者：ザ・ローズ



(2) 「和菓子作りを楽しむ」

土曜日の午後のひと時、季節の和菓子作りを楽しみませんか！
今月は若鮎を作ります。求肥をカステラのような生地で挟みます。

- ・日時：5月18日（土） 午後1時30分～3時
- ・講師：笠原 尚美さん（創作和菓子研究者）
- ・募集定員：12名（先着順） ・締切り：5月12日（日）
- ・材料費：600円（お申込み時にいただきます。）
- ・持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、お持ち帰り容器



5月の地域講座のお知らせ

子ども日本舞踊

日時：5月4日（土）

午前10時～11時

講師：鵬扇寿治先生（鵬扇流師範）

内容：日本舞踊を通じてからだと心の成長を促し、豊かな表現力を育みます。

百歳体操

日時：5月7日、21日 午前10時～

14日、28日 午後1時30分～

指導：藤田副会長

内容：続けることでバランス能力が付き、階段の上がり下がりや立ちすわりの動作が楽に行えるようになります。

移動児童センター なかよしランド

日時：5月16日（木）
午前10時～12時
対象：小学校就学前の幼児と保護者
講師：移動児童センター職員
内容：おもちゃでの自由遊び、体操や手遊び、季節のわらべうた遊び、ミニシアターなど



折り紙教室

日時：5月18日（土）
午前10時～11時30分
講師：玉田 里美さん（日本折り紙協会講師）
内容：季節にあった折り紙をおります。
材料費：100円



健康づくり教室

ストレッチ体操で健康づくり

日時：5月23日（木）午後1時30分～3時
講師：柴田 百代さん（あい・B・Cストレッチ代表）
募集定員：20名（先着順）
用意：上靴、敷物（バスタオルでも可）



5月の「子供クッキング教室」は11日(土)午前9時30分～12時30分です。

5月の増位地区各種事業のご案内

杜協増位支部「ふれあい給食」

☆5月のふれあい給食は、13日（月）です。
※給食は、午前11時30分までに登録者宅へお届けします。150円と引き換えにお受け取りください。

白国公会堂「百歳体操」

主催：白国老人クラブ
指導：松岡会長
日時：毎週木曜日
午前10時～



杜協増位支部「ふれあいサロン」

お持ち帰り形式で行います。校区内の方は、どなたでも参加できます。参加費は100円です。数量に限りがありますので、無くなり次第終了します。

囲碁ボールサロン 5月17日（金）白国公会堂
囲碁ボールプチサロン 5月8日（水）、22日（水）
いきいきサロン 5月16日（木）白国公会堂
増位新町・本町サロン 5月17日（金）野里マツヨリ集会室
白国サロン 5月27日（月）白国公会堂

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

※校区外の方は、参加をご遠慮ください。

