

やぎ公民館だより 5月号

令和 6年 4月25日
 姫路市立八木公民館
 姫路市木場1441-32
 TEL・fax 245-0600



さわやかな青空に新緑の木々が芽吹き、すごしやすい季節になりました。端午の節句5月5日はこどもの健やかな成長と健康を祝いましょう。また、第二日曜日は母の日、日頃の感謝の気持ちを伝えましょう。

例年より早く夏日が近づき、強まる日差しに暑さ対策をしっかりとって普段から体調管理に気をつけましょう。そして健康な日々を送るために普段の生活の中で関節や筋肉を鍛え、筋肉をつくる栄養素をしっかりと摂りましょう。さあ、八木公民館で楽しく元気に「会話、笑い、運動」をして公民館活動に参加しましょう。

なかよしランド		歴史教養講座	
月 日	5月2日 (木)	月 日	5月19日 (日)
時 間	14時~16時	時 間	10時~11時30分
場 所	会議室 (2階)	場 所	会議室 (2階)
講 師	移動児童センター児童厚生員	講 師	菅原 美文
内 容	自由遊び・手遊び・おもちゃシアター「ワンツーパーツ」	内 容	大河ドラマ「光る君へ」をよりよく楽しむために「摂関政治の華 藤原道長」を学ぶ
キッズクッキング		ガンバルんば体操	
月 日	5月11日 (土)	月 日	5月24日 (金)
時 間	9時30分~11時30分	時 間	13時~14時30分
場 所	料理実習室	場 所	会議室 (2階)
講 師	山本 ひとみ	講 師	ガンバルんば体操講師
献 立	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のクリーム煮 ・のり塩ポテト ・ごはん、みそ汁、クレープ 	内 容	100歳まで歩ける身体づくり みんなで汗を流しましょう!
<お知らせ・今後の予定>			
文化講座<気功体操> 呼吸法等の簡単な体操です。多数のご参加を!			
<ul style="list-style-type: none"> <キッズ華道>第2日曜 <キッズ茶道>第3日曜 5月から始めます			
地域講座<ドローン操縦体験>			
6月23日 (日) 午前開催予定! (参加費無料) 2階会議室にて飛行させます。			
※ 老若男女を問いません。実際に操縦して頂くのは20名程度となります。			