

増位公民館だより

No.145 令和5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

(1) 「♪二胡とウクレレの演奏会♪」

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。昨年11月に続いてザ・ローズの皆さんが演奏していただきます。

・日 時：5月13日（土）午後1時30分～2時30分

・演奏者：ザ・ローズ 二胡 安倍 光子さん ウクレレ 中村 悦雄さん
平野 ちあきさん

(2) 介護保険を知ろう!!

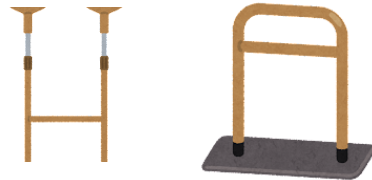
介護保険ってどんな保険？どう使うの？

仕組みや使い方、サービスの種類などをわかりやすくお話していただきます。

・日時：5月26日（金）

午後1時30分～3時

・講師：増位・広峰地区包括支援センター
所長 畠田 雅恵 さん
船戸 舜一郎 さん



5月の地域講座のお知らせ

百歳体操

日時：第1、第3火曜日 午前10時～

第2、第4火曜日

午後1時30分～

指導：中島副会長



子ども日本舞踊

日時：5月6日（土）

午前10時～11時

講師：柴原まち子(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。

移動児童センター なかよしランド

日時：5月18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20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



「生活楽学教室」“和菓子作りを楽しむ”

日時：5月20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14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

内容：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。



「子ども英語教室」英語であそぼ

世界にはさまざまな国があり、さまざまな人がさまざまな生活をしています。英語を使ってそんなことを学んでみませんか。

5月から10月まで（8月を除く）の第3日曜日に5回シリーズで行います。上半期と下半期の2回に分けて募集します。

第1回日時：5月21日（日）10時～11時

講師：笠原 尚美さん（英語指導者）

募集定員：20名（先着順）

小学4年生～6年生

締切り：5月14日（日）



健康づくり教室

ストレッチ体操で健康づくり

日時：5月25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13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

社協増位支部“ふれあい給食”

☆5月のふれあい給食は、8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。（注）5月からは150円になります。

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～

社協増位支部“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19日（金）白国公会堂

いきいきサロン 5月18日（木）白国公会堂

花北・野里サロン 5月19日（金）野里マツヨリ集会室

白国サロン 5月22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。

