

# 増位公民館だより

No.154 令和6年2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

新年早々、地震・事故・火災と大変なことが次々と起こりました。亡くなられた方々にご遺族・ご家族、被災された方々に対しお悔みとお見舞いを申し上げます。




また、政治の世界でも何やら落ち着かないこの頃です。気候も安定しませんね。新型コロナもいろいろな規制が撤廃されただけで感染そのものが減ったわけではないそうです。体調管理には十分気をつけてください。こんな時は、当たり前で居られることに感謝して日常を送ることが大切だと言う声をよく聞きます。

## 2月の教養講座

- ・日 時 2月23日(金) 午後1時30分～3時
- ・講 師 菅原 美文先生(歴史研究者)
- ・内 容 大河ドラマ「光る君へ」にちなんでお話していただきます。  
今月のテーマは紫式部です。本名も伝わっていない紫式部の  
どんなお話が聞けるか楽しみです。



## 2月の地域講座のお知らせ

<p><b>子ども日本舞踊</b> 日時：2月3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 心の成長を促し豊かな表現力を育み ます。</p> 	<p><b>百歳体操</b> 日時：2月6日(火)、20日(火) 午前10時～ 13日(火)、27日(火) 午後1時30分～ 指導：中島副会長 内容：続けることでバランス能力が つき、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。</p>
<p><b>移動児童センター なかよしランド</b> 日時：2月15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</p> 	<p><b>折り紙教室</b> 日時：2月17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。子どもからお年寄り まで幅広い年代で楽しめます。 材料費：100円</p> 

## 健康づくり教室

### ストレッチ体操で健康づくり

日時：2月22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：飲み物、上靴、

敷物（バスタオルでも可）



## 「生活楽学教室」“和菓子作りを楽しむ”

日時：2月24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：2月20日（火）

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「蝶」を作ります。



※2月の「子どもクッキング教室」は、10日（土）午前9時30分～12時30分です。

※2月の「英語であそぼ」は18日（日）午前10時～11時30分です。受講生募集中！

## 文化講座のご案内（初心者歓迎！）

先月もご案内しましたが、増位公民館では現在、中高年らしくらく3B体操・絵手紙・日本民謡・舞踊・社交ダンス・カラオケ・フラダンス・太極拳・ウクレレ・パソコン・民謡・三味線・伝筆（つてふで）などの講座を文化講座として開講しております。

原則月2回開催、受講料は1回あたり500円（材料費・資料代等が別途必要な場合があります）。

関心のある方はいつでも見学にいらして下さい。詳しくは公民館までお尋ねください。

## 2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”

2月のふれあい給食は、5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～



### 社協増位支部“ふれあいサロン”

サロンは、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。但し、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 2月 2日（金）午前10時30分～11時30分 白国公会堂

いきいきサロン 2月15日（木）午前11時～ 白国公会堂

花北・野里サロン 2月16日（金）午前10時～11時30分

野里マツヨリ集会室

白国サロン 2月26日（月）午前10時～11時30分

白国公会堂