

# 増位公民館だより

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

No.155 令和6年3月号

## 文化講座展示発表会 文化講座で学んだ成果を作品にして展示します。

3月2日(土)・3日(日) 午前10時～午後4時 公民館1階



## 3月の教養講座 歴史講座

### 紫式部 NHK大河ドラマ「光る君へ」にちなんで

- ・日時 3月15日(金) 午前10時～11時30分(開始時刻注意)
- ・講師 菅原 美文先生(歴史研究者)

## 3月の地域講座のお知らせ

### 子ども日本舞踊

日時：3月2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：3月5日(火)、19日(火)  
午前10時～  
12日(火)、26日(火)  
午後1時30分～

指導：中島副会長



### 移動児童センター なかよしランド

日時：3月21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：3月16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



### 子ども教室

#### 季節のミニ生け花

日時：3月23日(土) 午前10時～12時

講師：梶 充恵先生(未生御流華道講師)

対象：小学生

募集定員：12名(先着順)

材料費：500円(申込み時にいただきます。)

締切り：3月20日(水)

内容：かわいい季節の花を生けます。

### 健康づくり教室

#### ストレッチ体操で健康づくり

日時：3月28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)



※3月の「子どもクッキング教室」は、9日(土)午前9時30分～12時30分です。

※3月の「英語であそぼ」は17日(日)午前10時～11時30分です。

# 令和6年度の講座の概要

講座の詳細については、毎月の「公民館だより」をご覧ください。

月	教養講座	地域講座	
		生活楽学教室	子ども教室
4	スマートフォン入門講座 (26日)	懐かしの歌で健康講座(12日)	わらべ茶の湯(27日)
5	高齢者支援について(24日)	二胡コンサート(17日) 和菓子作り(18日)	
6	ふるさと歴史散歩①(14日)	落語を楽しむ(28日)	ミニ生け花(22日)
7	ふるさと歴史散歩②(12日)		
8	じろりんコンサート(23日)	和菓子作り(24日)	夏の工作(8日)
9	防災市政出前講座(1日)		わらべ茶の湯(28日)
10	「聞こえにくさ」について (11日)	和菓子作り(19日)	
11	高齢者支援(29日)	伝筆を楽しむ(9日) 落語を楽しむ(22日)	ミニ生け花(23日) 消しゴムはんこ(30日)
12	じろりんコンサート(13日)		折り紙遊び(8日)
1	歴史講座(24日)		わらべ茶の湯(25日)
2	歴史講座(28日)	和菓子作り(22日)	
3	歴史講座(28日)		ミニ生け花(22日)

※地域講座は、上記のほか「子ども日舞」(毎月第1土曜日)、「子どもクッキング教室」(毎月第2土曜日)、「子育て支援教室」(なかよしランド)(毎月第3木曜日)、「健康づくり教室」(毎月第4木曜日)、百歳体操(毎週火曜日)、折り紙教室(毎月第3土曜日)があります。(実施日は変更する場合があります。)

## 3月の増位地区各種事業のご案内

<p><b>社協増位支部「ふれあい給食」</b></p> <p>☆3月のふれあい給食は、4日(月)です。</p> <p>※給食は、午前11時半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。</p>	<p><b>白国公会堂「百歳体操」</b></p> <p>主催：白国老人クラブ</p> <p>指導：松岡会長</p> <p>日時：毎週木曜日 午前10時～</p>												
<p><b>社協増位支部「ふれあいサロン」</b></p> <table border="0"> <tr> <td>囲碁ボールサロン</td> <td>3月1日(金)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> <tr> <td>いきいきサロン</td> <td>3月21日(木)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> <tr> <td>花北・野里</td> <td>3月15日(金)</td> <td>野里マツヨリ集会室</td> </tr> <tr> <td>白国サロン</td> <td>3月25日(月)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> </table> <p>※時間は、いずれも午前10時～11時30分 数量に限りがありますので、無くなり次第終了します。</p> <p>※校区外の方は、参加をご遠慮ください。</p>		囲碁ボールサロン	3月1日(金)	白国公会堂	いきいきサロン	3月21日(木)	白国公会堂	花北・野里	3月15日(金)	野里マツヨリ集会室	白国サロン	3月25日(月)	白国公会堂
囲碁ボールサロン	3月1日(金)	白国公会堂											
いきいきサロン	3月21日(木)	白国公会堂											
花北・野里	3月15日(金)	野里マツヨリ集会室											
白国サロン	3月25日(月)	白国公会堂											



### ★令和6年度 社協増位支部「ふれあい給食」について★

令和6年度も配食サービスを継続することになりました。対象は、満65歳以上の一人暮らしの方及び満75歳以上の高齢者世帯の方です。

※ご希望の方は、担当の民生委員にご相談ください。