

# 公民館だよりみくにの

令和5年11月

集い学ぶ交流広場をめざして



姫路市立 御国野公民館

(月曜日休館)

文責：柴田好文

Tel・Fax(079)253-1876

e-mail:mikunino@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

住所 姫路市御国野町御着 1142 番地 8

## 教養・地域講座のご案内(11月)

どなたでも参加できます!!皆さんにお会いできる事を楽しみにしております(\*^\_^\*)  
参加費(材料費等が必要な場合を除き原則無料です)

### 【なかよしランド】

**3日(金)9:50~11:20**

0歳児から就学前子供と保護者  
親子遊び、工作、子育て相談等  
問合せ:姫路市移動児童センター  
☎294-3346

申込み不要

11月は体操や季節のわらべうたあそび、おもちゃ遊び、  
シアター「はらぺこあおむし」を予定しています。



### 【オータムコンサート】

**19日(日)14:00~15:00**

場所:御国野幼稚園(遊戯室)

演奏:ポンポコ楽団

定員:50名 入場無料

サクソやトランペット等管弦楽による楽しいバンド  
昭和のメロディーたっぷりの選曲です!

公民館窓口・お電話(253-1876)にて受付中

### 【小学生卓球大会】

**4日(土) 10:00~12:30**

場所:御国野小学校体育館

共催:スポーツクラブ21みくにの

卓球のラリーの楽しさを味わいませんか(^o^)

募集:小学生16人(申込書小学校で配布します。)

参加費 無料 ☆ラケット貸出あり ★参加賞あり

持物 上靴・タオル・飲み物・マスク(必要であれば)

申込締切 10月22日(日)

### 【はいはいランド】

**23日(木)14:00~15:00**

乳幼児と保護者 ふれあい

遊びで子ども達は笑って

ごきげん。グループトーク

では、子育ての悩み相談や情報交換もできます。

問合せ:姫路市移動児童センター、294-3346

申込み不要

11月は、親子ふれあいあそび、季節のわらべうたあそび  
「どんぐりころころ」のシアターを予定しています。



### 【御国野地区防災訓練】

**5日(日)9:00~12:00**

公民館は防災訓練に参加します。

会場:深志野東公民館広場

主催:御国野地区連合自治会

共催:深志野自治会・御着県住自治会

協力:姫路市東消防署 御国野消防班

テーマ「どうする防災、南海トラフ地震」

防災DVD視聴、消火訓練、AED体験

簡易トイレ等の組み立て体験等

### 【小学生茶道教室】 第3回 全員

**25日(土) 10:00~12:00**

裏千家 井河原 宗美先生

礼儀作法を一通りしたあと、客人を迎えてのお点前  
を予定しています。

持物:手ふきタオル・靴下・マスク(必要であれば)

服装は自由です。

### 【歴史健康ウォーキング国分寺】

**25日(土) 9:30~12:00**

弥生時代から古代・中世・近世の各種遺跡が点在し  
ている国分寺町内をウォーキングします。

ゴール後には茶道のお点前が振舞われます。(^^)

御着城跡⇒国分寺台地遺跡⇒壇場山古墳⇒櫛之  
堂古墳⇒山之越古墳⇒有馬道標⇒播磨国分尼寺  
跡⇒国分寺公民館⇒国分寺構跡⇒御着城跡  
約2時間のコースです

申込締切 11月19日(日)

申込方法 公民館窓口・お電話にて受付中

### ☆【体験講座バランスボール】☆

**9日(木)11:10~12:00**

内山絢子先生(バランスボールインストラクター)

ボールに座って、音楽に合わせて、ポンポン弾むと  
つつい笑顔になっちゃう!骨盤や体形が気になる  
方は集まれ~!一度体験してみませんか!!

体験レッスン料 ボールレンタル込 500円

参加人数10組(産後何ヵ月でもOK!)

申込方法 公民館窓口・電話にて受付中

### 【小学生親子版画教室】

**18日(土) 10:00~12:00**

岩田 健三郎先生

参加費:100円(板代)

対象:小学生1~3年生(保護者同伴)  
小学4年生以上(単独か保護者同伴)

定員:20名(申込多数の場合抽選)

11月12日(日)申込み締切

準備:エプロン、タオル、

申込書は小学校で配布します。お待ちしております。

### 9月29日の消火器を使った防災訓練



### 教養・地域講座 12月予告

申込み,問合わせは御国野公民館まで。(☎253-1876)

|      |                    |            |          |
|------|--------------------|------------|----------|
| 地域講座 | 1日(金) 9:50~11:20   | なかよしランド    | 姫路市移動児童C |
| 地域講座 | 2日(土) 9:30~12:00   | ケーキ教室      | 福本千景先生   |
| 教養講座 | 2日(土) 14:00~15:00  | 音楽療法       | 高橋和美先生   |
| 教養講座 | 3日(日) 16:00~17:00  | クリスマスコンサート | 葛川結子先生   |
| 地域講座 | 10日(日) 13:00~15:00 | 門松作り教室     | 長谷川義彦先生  |
| 地域講座 | 12日(火) 13:00~      | ローズハム作り仕込  | 表幸子先生    |
| 地域講座 | 21日(木) 9:00~終日     | ローズハム作り仕上げ | 表幸子先生    |
| 地域講座 | 16日(土) 9:30~12:00  | 生きがい男性料理教室 | いずみ会     |

### 令和5年11月御国野地区主行事。

・ふれあい食事:11月26日(日) @御国野公民館⇒各自治会の公民館、集会所等

・ふれあい喫茶:毎週水曜 10:00~12:00 @四郷・東包括支援センター コーヒ又は紅茶+クッキー 100円

### ☆「要約筆記」手話ではない伝え方を が9月30日(土)にありました☆

高齢化が進み、難聴者が増加しています。「聴覚障害・難聴・聞こえにくさ」について考えてみませんか!と題して以下の内容に沿ってお話がありました。

#### 1.「聞こえのチェック」をしてみましょう

10の問いに対してチェックしました。「よく聞こえないときの耳の本」より(各自現状把握しました。)

#### 2.聞こえるとは

(1)コミュニケーション(2)聴覚の仕組みとその働き(3)「聴力検査と聞こえの程度」(4)聴覚障害者とは

#### 3.高齢難聴

(1)高齢難聴の原因と状況(2)補聴器について(補聴器には限界がある)

#### 4.豊かなコミュニケーションを「視覚情報の活用」~読話と筆談

※上手な話し方のポイント~伝えたいという気持ちで

※上手な筆談のポイント

1.相手を読みやすいように、横書きで適当に漢字を使い、アラビア数字で

2.文字は崩さず、読みやすい大きさ、見やすい位置で書く

3.内容は簡潔に、短く、図や絵や線なども使って書いて

#### 5.難聴と認知症

以上、急速に高齢化が進んでいる今の世の中において、難聴者の体験談もお聞きしながら、コミュニケーション(キャチボール)を取ることが非常に大事であることを学び、手話ではない伝え方として、読話と筆談という「要約筆記」というコミュニケーションツールがあることを学び、活かしていきたいと思いました。



講師のお話を後ろの要約筆記と書いたジャンパーを着たスタッフ4人が交代で要約筆記して前のスクリーンに全体投影して写し出していました!