

公民館だよりみくにの

令和6年4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(4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】

5日(金) 10:00~12:00

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

4月はおもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうた
あそび、シアター「はらぺこあおむし」を予定しています。

【生きがい料理教室(男性)】

27日(土) 9:30~12:00 いづみ会

米津佳子先生・浪花恵美子先生・長谷川和美先生
今回の献立

1. 鯛めし
2. 豚肉のミルフィーユカツ
3. アボカドのわさび和え
4. 豆腐のすまし汁
5. りんごのコンポート

材料費:700円

準備:マスク・三角巾・エプロン・ふきん・手拭き

申込み:必ず1週間前(4/20)までに連絡ください

【ふれあい料理教室(女性)】

17日(水) 10:00~12:00

細岡 恵子先生

材料費:700円

準備:マスク、三角巾、エプロン、ふきん、手拭き

申込み:必ず1週間前(4/10)までに連絡下さい!

初めての方の参加も大歓迎!!

【音楽療法でいきいきと】

27日(土) 14:00~15:00

高橋 和美先生

ピアノの伴奏で唱歌や、懐かしい曲を歌います。

曲に合わせて身体も動かし認知症予防に!

3密避ける為、定員25名を募集します。

3/30(土)~受付開始

来館又は電話で公民館まで申し込んでください

【アメリカ英語発音教室】

21日(日) 13:30~15:30

今井利彦先生

発音が正しくなければ相手(外国人を含む)に通じ
ません!

この機会に生きた英語を学びませんか??

4月から月1回全5回の開催です。どこまでマスター
できるかチャレンジしませんか!!

対象:中学生~シニア 参加費:無料

定員:15人(公民館窓口・お電話にて受付中)



☆令和6年度文化講座一覧掲載しています。(裏面)

気になる講座見つけてください。

令和6年4月御国野地区主行事。

・ふれあい食事:4月28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

教養・地域講座5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	3日(金) 10:00~12:00	なかよしランド	姫路市移動児童センター
地域講座	15日(水) 9:30~12:30	布草履作り教室	内田光子先生
教養講座	18日(土) 14:00~15:30	スマホ社会を生きる	宮本博道先生
地域講座	19日(日) 13:30~15:30	アメリカ英語発音2回目	今井利彦先生
地域講座	23日(木) 14:00~15:00	はいはいランド	姫路市移動児童センター
地域講座	24日(金) 14:00~15:30	千姫と姫路城	宇那木隆司先生
地域講座	25日(土) 9:30~12:00	男性料理教室	細岡恵子先生

春到来♪4月です。新しい事始めませんか♪

文化講座新規加入募集中！(まずはTelか窓口にお問合せください。お待ちしております。)

お問い合わせ ☎ 253-1876 御国野公民館

教室見学 大歓迎！！

令和6年4月1日

No.	講座名	講師	講座日	回数/月	時間	会費	入会
1	やさしいヨガ	HARU	第1.3火	2	13:30~14:30	1,000円/月	○
2	太極拳	上柳 幸子	第2.4火	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
3	パソコン(上級)	坂口 淳子	第2.4火	2	13:00~14:45	1,000円/月	○
4	パソコン(中級)	坂口 淳子	第2.4火	2	15:00~16:45	1,000円/月	○
5	民謡①	須々木 晴美	第2.4火	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
6	カラオケ(休講中)	川上 壽朗	第1.3水	2	13:30~15:30	1,000円/月	○
7	健康体操	福永 八重子	第1.3水	2	13:00~14:30	1,000円/月	○
8	舞踊・新舞踊(鵬扇流)	天川 律子	第2.4水	2	13:00~16:00	1,000円/月	○
9	シニアのピアノ	浦 陽子	第1.3水	2	10:00~11:30	1,000円/月	○
10	コーラス	浦 陽子	第2.4水	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
11	シニアストレッチA	小野 昭子	第2.4水	2	10:00~11:15	1,000円/月	○
12	茶道教室(Aクラス)裏千家	井河原 宗美	第3水	1	10:00~12:00	500円+菓子代	×
13	茶道教室(Bクラス)裏千家	井河原 宗美	第1水	1	10:00~12:00	500円+菓子代	×
14	アートフラワ	柴田 恵美子	第1.3木	2	9:00~12:00	1,000円/月	○
15	パソコン(入門)	坂口 淳子	第1.3木	2	13:00~14:45	1,000円/月	○
16	書道	新見 こずえ	第1.3木	2	13:00~15:00	1,000円/月	○
17	水墨画	妹島 柏雪	第2.4木	2	13:30~15:30	1,000円/月	○
18	バランスボール教室	内山 絢子	第2.4木	2	10:00~11:00	1,000円+レンタル代500	○
19	民謡(合同)	須々木 晴美	第1.3木	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
20	3B体操	西井 輝子	第1.3金	2	13:00~15:00	1,000円/月	○
21	大正琴(琴城流)	蟻通 弘子	第1.3金	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
22	民謡②	須々木 晴美	第2.4金	2	10:00~12:00	1,000円/月	○
23	水彩画・デッサン	宮澤 るみ	第1.3金	2	13:30~15:30	1,000円/月	○
24	スマイルよが	小林 めぐ	第2.4金	2	9:30~10:30	1,000円/月	×
25	シニアストレッチB	小野 昭子	第1.3土	2	10:00~11:15	1,000円/月	×
26	ピラティス	構井 純子	第2.4土	2	13:30~14:30	1,000円/月	○
27	俳句	中野 はつえ	第2土	1	13:30~16:00	500円/月	○
28	官兵衛手打ちそば	福永 武郎	第3土	1	13:00~16:00	500円+材料費	○
29	篠笛	中田 俊正	第2.4土	2	10:00~11:30	1,000円/月	○
30	こどもの書道・硬筆	坪田 翠葉	第1.3.4土	3	10:00~12:00	1,500円/月	○
31	尺八教室(木曜とセット)	三木 久司	第2.4水	2	13:30~15:30	1,000円/月	○
32	尺八教室(水曜とセット)	三木 久司	第3木	1	9:30~11:30	500円/月	○