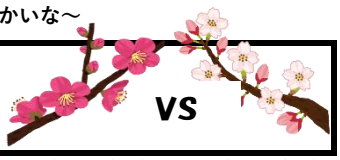
姫路市立砥堀公民館　第３８４号 2024年3月号（令和６年）　＊梅は咲いたか桜はまだかいな～

3月号　砥堀公民館だより


vs

〒６７０－０８０２　姫路市砥堀１１５２－１　　電話・ＦＡＸ　０７９－２６４－６４２３

【３月度　教養・地域講座】

講座名	講師名	要件	日時	場所
教養講座 一般教養 だまされないで！ 悪質商法！	久内　和子 先生	後を絶たない詐欺商法。防ぐ手立を考えましょう。最近の相談事例や契約の知識、クーリングオフ制度などを紹介します。	２２日（金） 13:30～	第１・２ 会議室
地域講座 女性の料理教室	高濱　御栄 先生	料理の一工夫、新しい調理法など毎回ヒントがあります。 楽しみながら学びましょう！ 年会費4，000円（5,7,10,12,3月の５回） 定員にまだ空きがあります。令和６年度も募集中です！	７日（木） 10:00～	料理実習 室
地域講座 パソコン教室	岩本　勲 先生	パソコンを学ぼう！ こんなことやってみたい、こんなことできるかな？に応えます。 目的やレベルに応じて相談しながら進めます。	２７日（水） 12:30～ ＊３月は都合で１回のみ	第２会議 室

【４月度　教養・地域講座】

講座名	講師名	要件	日時	場所
教養講座 健康教室 フレイル予防ＰＡＲＴ３	北地域包括支援センターの皆さん	フレイル予防の講座も連続３回目となります。包括さんもこれまで以上に力を込めて指導してくれますよ。楽しく学びましょう！	２６日（金） 13:30～	第１・２ 会議室
地域講座 ふれあい教室 グランドゴルフ大会	村瀬浩三様 仁豊野老人会長 村瀬汎昭様 上砥堀ふれあいの会会長	スポーツを通じて健康に！ 日頃の練習の成果を発揮してください。 公民館長杯春季大会です。	２０日（土） 9:00～	上砥堀運 動場
地域講座 パソコン教室	岩本　勲 先生	パソコンを学ぼう！ こんなことやってみたい、こんなことできるかな？に応えます。 目的やレベルに応じて相談しながら進めます。	１０日（水） １７日（水） 12:30～	第２会議 室
地域講座 健康教室 笑いヨガ	小島　恵美 先生	ヨガに笑いの要素を取り入れます。楽しく元気に！ 定員にまだ空きがありますので一度見学に来られませんか？	２８日（日） 10:30～	第１・２ 会議室

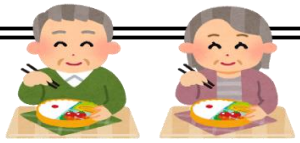
３月の社会福祉事業　ご案内

♥なかよしランド　3月7日(木)14:00～

＊「はたらくくるま」のシアター、体操、季節のわらべ歌、おもちゃでの自由遊びなど。

♥はあとくらぶ砥堀　3月19日(火)10:00～　市立砥堀公民館第１，２会議室

＊秋武先生によるピアノ演奏です。詳しいことは地域の民生児童委員に相談してください。



♥ふれあい給食　3月21日(木)11:30～　市立砥堀公民館第3会議室

＊詳しいことは地域の民生委員に相談してください。

＊紙面の都合上「小学校だより」は割愛しております

月間トピックス

教養講座　城跡研究教室　～鬼ノ城、城山城他～

１月１４日（日）に開催されました。この教室は令和５年度からの新規講座です。講師の飯塚　啓（いいづか　はじむ）先生は元高校教師で、城跡の他、古墳なども研究されておられます。
竹田城を始めとした城跡ブームを反映してか当日は、校区外からも参加されており熱を感じました。

今回は、鬼ノ城山など五つの城跡を紹介いただきました。その内の一つ、城山城は「きのやまじょう」と読むそうですが、フツ～に読めませんね。今回ご紹介いただいた場所へ実際に行って自分の目で確かめるのも良いでしょう。行かれた場合は、次回講座で感想をお聞かせください。

令和６年度からは２回の講座を予定しております。５月１２日と１月１２日、何れも日曜日の１０：００～です。お楽しみに！

時間と体力を確保して現地への挑戦を

地域講座生募集中！！

講座名	空き枠	開催月	曜日	時間	要件
男の料理教室	２、３名	６、９、１１、２＊年４回	第４金曜日	10:00～12:00	材料費８００円／回
女性料理教室	２，３名	４、６、８、１０、１２、２＊年６回	第１木曜日＊５月は第２木曜日	10:00～12:00	材料費８００円／回
健康教室笑いヨガ	２，３名	４、６、８、１０、１２、２＊年６回	最終週の日曜日	10:30～11:30	無料
パソコン教室	３名	毎月２回 ＊８月は無し	第２，３水曜日	12:30～14:00	受講料１，０００円／回 ＊機材使用料、インク代等
コーヒー焙煎教室	１名	５、８、１１、２＊年４回	第１土曜日	13:30～15:30	材料費５００円／回

令和６年度文化講座一覧表

見学のみでも歓迎します！

No.	曜日	教室名	室名	開講時間	月回数	No.	曜日	教室名	室名	開講時間	月回数
1	1,2,4火	3B体操	3会	10：00～12：00	3	11	1,3木	水墨画	3会	13：30～15：30	2
2	2,4火	コーラス	1・2会	10：00～12：00	2	12	2,4木	大人のキーボード	3会	13：30～15：00	2
3	1,3火	囲碁	2研	13：00～15：00	3	13	1,3金	英会話	2会	10：00～12：00	2
4	1,3水	実用書道	1会	10：00～12：00	2	14	2,4金	和太鼓	1・2研	10：00～12：00	2
5	2,4水	ガラスアート	1会	13：00～15：00	2	15	1,3金	舞踊	3会	9：30～11：30	2
6	1,2,3水	着付け	1・2研	10：00～12：00	3	16	2,4土	児童書道	3会	10：00～12：00	2
7	2,4水	リトミック	3会	10：00～12：00	2						
8	1,2,3水	フラダンス	3会	13：30～15：00	3						
9	1,2,3木	ヨーガ	2会	9：30～11：30	3						
10	2,4木	気功	1・2研	10：00～12：00	3						

随時募集中！！お問合せは公民館まで
＊児童書道は定員満了です

毎週第２、４水曜日　10:00～12:00　第３会議室

リトミック教室　生徒募集中！＊4, 5名

教室では親子で一緒に音楽に合わせて歌を歌ったり、自由に体を動かしたり。お子様の感性をのびのびと育てます。随時体験、見学可能です。
活動後はみんなでお話しましょう！

3月17日(日)臨時休館します

北東部ブロック交流発表会のため、３月１７日（日）は休館します。皆様にはご迷惑、ご不便をおかけします。