

10月 友愛

第328号

令和5年(2023年)10月

姫路市立船場公民館

姫路市東雲町1丁目29

TEL/FAX 291-2615

E-mail;sembakmn@hi-net.city.himeji.hyogo.jp



船場公民館だより



○10月の教養・地域講座

いきいき教室

簡単筋力トレーニング③

10月10日(火) 10時00分~

講師: 信澤 多佳恵 先生

健康寿命を延ばすための簡単なトレーニングです。お茶、お水、5本指の靴下持参。



将棋教室

10月11日、25日(水)

15時30分~

講師: 久保 孝幸 先生

将棋の基本から教えていただけます。小学生対象。毎月第2・第4水曜日



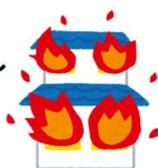
防災講座

10月12日(木) 13時30分~

「電気とくらしと災害」

講師: 関西電気保安協会

電気からの火災についてのお話と予防方法について教えて頂きます。



歴史教室

10月26日(木)

13時30分~

「参勤交代と大名の格式」

講師: 中川 秀昭 先生

徳川政権は大名たちに様々な統制を行いましたが、中でもその代表格である「参勤交代」と官位や殿席といった「大名の格式」についてその概要をご紹介します。(要申込28名程度。受付10月1日から)



子育て教室(なかよしランド)

10月18日(水) 14時~

講師: 移動児童センター

首すわりから小学校に入学するまでのお子さんが対象です。おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうたあそびを楽しみます。



○社会福祉協議会船場支部行事

なかよしせんぱっこ	ふれあい給食	ふれあいサロン
10月13日(金)	10月14日(土)	10月28日(土)

○中部西ブロック公民館文化祭 (是非見に来てくださいね!)

中部西ブロック公民館文化祭のお知らせ

とき・ところ: 令和5年10月29日(日) 姫路市民会館 大ホール・展示室

日程: 舞台発表 12:00~16:00 開会行事 12:30~12:50

: 展示発表 10:00~15:00

発表公民館: 船場、城巽、城南、城の西、高岡、高岡西、安室、安室東の8公民館

当館の発表: 舞台発表 童謡コーラス(平野絵美先生) 南京玉すだれ(西本みさを先生)

: 展示発表 総合手芸(大石香代子先生) 俳句(加古みちよ先生) 書道(井上敏弘先生)

☆ 11月の教養・地域講座（予定）

11月 8日（水）15時30分～ 11月22日（水）15時30分～	将棋教室	小学生のみなさん、将棋を覚えましょう。
11月 9日（木）13時30分～	健康講座②	健康講座の2回目です。
11月15日（水）14時00分～	なかよしランド	就学前のお子さん、保護者対象です。参加しましょう。
11月23日（木）13時30分～	歴史教室 「姫路城と歴史④」	姫路の大名行列についてのお話です。
11月30日（木）10時00分～	歌って動いて脳トレ③	歌って動いて脳トレしましょう。

☆ 文化講座（17講座）（文化講座生を募集しています。公民館にお尋ね下さい。）

講座名	曜日	時間帯	講座名	曜日	時間帯
童謡コーラス	第1・3火曜	10:00～11:30	3B体操	第1・2・3金曜	19:00～20:30
茶道（裏千家）	第1・3火曜	13:00～16:00	絵手紙	第2・4金曜	10:00～12:00
東西の名言に学ぶ	第2・4火曜	19:00～21:00	足もみ健康法	第2・4金曜	14:00～16:00
華道（小原流）	第1・3水曜	10:00～12:00	箏曲	第1・3土曜	13:30～15:30
シャルウィダンス	第1・2・3水曜	19:00～21:00	パソコン	第2・4土曜	13:30～15:30
総合手芸	第2・4水曜	13:00～15:30	茶道（表千家）	第2・4土曜	13:30～16:00
俳句	第3木曜	13:30～16:00	書道	第1・3日曜	13:30～15:30
詩吟（摂南流）	第1・2・3木曜	13:30～15:30	南京玉すだれ	第2・4日曜	13:30～15:30
詩吟（賀堂流）	第1・3金曜	13:30～16:00			

☆ 100歳体操

毎週金曜日 10時からです。健康維持のため参加しましょう。



☆ 子ども文庫

毎週水曜日 午後2時から4時30分までです。

児童書をたくさん借りて読みましょう。

