

公民館だより

令和5年 4月号

発行 姫路市立別所公民館
館長 前川 眞喜雄
姫路市別所町別所1717-4
☎ & FAX 079-253-0696

<4月の教養講座>



「ギターと横笛のコンサート」

開催日時 4月23日(日) 15:00~16:30
出演者 ギター カネチハ (金子 千春)
ギター 原 けんたろう
横笛 井上 潤紀



主催 別所公民館 教養講座 (参加無料) 40名限定

<姫路社会福祉協議会別所支部からのお知らせ>



☆ コミュニティ食堂きらら ☆



開催日時 令和5年 4月30日(日)
11:00~14:00

子育て中のお母さん
お子さんと一緒にどうぞ

場所 別所公民館 2階
費用 無料

皆でお昼ご飯を一緒に食べて、別所高校ボランティア部と
ゲームやレクリエーション、宿題もやっちゃいましょう。
子どもから大人まで自由参加 お茶は持って来てね~

<4月の子育て支援活動>

子育て中のお母さん、先ずは一度参加してみましょう!

開催日時	団体名	内容	対象者
4月4日(火) 10時~12時	『なかよしランド』 「移動児童センターまわる」	おもちゃ遊び/体操/わらべ歌 シアター「はらぺこあおむし」	幼児(就学前)と その保護者

<3月の教養講座>



～歴史教室～

開催日時 3月5日(日) 13:30~15:30
講師 森原 宏明(もりはら ひろあき)
内容 周辺の遺跡を散策
賀茂神社～眞禅寺石仏～幸神社
15名参加 次回は佐土方面を計画中



～防火訓練～

開催日時 3月8日(水)
13:30~(30分程度)
内容 水消火器を使った実践
14名参加
ご苦労様でした



令和5年度 姫路市立別所公民館 文化講座 開設一覧

お気軽に体験からどうぞ

受講料基本 1回 500円

【姫路市立別所公民館】 ☎079-253-0696

R5.3.21現在

	講座名(科目)	内 容 & 対 象	曜 日	開設日時	回数 /月	時 間	講師氏名	受講生数	余 裕
1	書道	大人の書道教室	火曜日	第2・3・4	3	9:30~11:30	阿部 浩三郎	6	○
2	手品(マジック)	日用品を使う手品		第1・3	2	10:00~12:00	木村 修一	6	○
3	JSA①	関節の動きを滑らかにして腰痛予防、姿勢改善等に努めます		第1・3	2	10:00~11:00	山中 秀一	9	×
4	JSA②			第1・3	2	11:15~12:15		10	×
5	コーラス(たんぼぼ)	女性向けのコーラス		第1・2・4	3	13:00~15:00	北野 かおり	15	○
6	着付け	一人で着物を着たい方		第2・3	2	14:00~16:00	長尾 静代	9	○
7	リトミックA	音楽でこどもの能力開発	水曜日	第2・4	2	9:30~10:30	葛川 結子	13	○
8	水墨画	心と自然の風景を描く		第2・4	2	10:00~12:00	井上 耿二	11	○
9	ストレッチポール③	筋膜リリースとB-セブン30分間(レッスン無料、ポールレンタル料100円)		第2・4	2	14:10~14:40	前川 眞喜雄	8	×
10	ヨガA	スマイルヨガは優しいリハビリです。ゆっくりと動き心と身体のケアに		第2・3・4	3	13:00~14:00	小林 めぐ	14	△
11	ヨガB			第2・3・4	3	14:15~15:15		14	△
12	料理教室	楽しく作り美味しく食べよう	木曜日	第1	1	9:30~13:00	三浦 喜和子	8	○
13	コーラス(あじさい)	女性向けのコーラス		第2・4	2	9:30~11:30	葛川 結子	12	○
14	3B体操	ボールやバルを使った軽い体操		第1・3	2	10:00~11:30	長谷川 真佐子	7	○
15	ミュージックバル	音のバトンタッチでつないでいく		第1・3	2	10:00~12:00	八代 祥子	7	○
16	JSA③	関節の動きを滑らかにする		第2・4	2	14:30~15:30	山中 秀一	6	△
17	アクティブユウ体操	音楽に合わせた健康体操	金曜日	第1・2・3	3	10:00~12:00	山本 真弓	12	○
18	詩吟	歌の好きな人は詩吟も楽しい		第1・2・3	3	14:00~16:00	朝田 洋子	6	○
19	習字学習	こども向け、小1から対象		第2・3・4	3	16:30~18:30	石川 矩寿	9	○
20	ペン習字	子どもから大人まで対象	土曜日	第1・2・3	3	10:00~12:00	吉見 敦子	9	○
21	ストレッチポール①	筋膜リリースとベーシックセブン30分間(レッスン無料、ポールレンタル料100円)		第1・3	2	10:00~10:30	前川 眞喜雄	8	×
22	ストレッチポール②			第1・3	2	10:40~11:10		8	×
23	カラオケ教室	好きな演歌を歌いましょう		第2・4	2	13:00~15:00	植松 康郎	6	○
24	将棋	気軽に一指しいかがですか		第2・4	2	13:00~15:00	八杉 幸貞	7	○
25	混声コーラス	現在男性2名、女性9名です	第1・3	2	17:00~19:00	葛川 結子	11	○	
26	フラダンス	ハワイアンのリズムに乗せて	日曜日	第1・3	2	10:00~12:00	瀬戸口 優子	9	○
27	パソコン	慣れて使って楽しむ		第2・4	2	13:00~15:00	近藤 三智子	8	○

【地域講座】

「男性料理教室」は毎月第4木曜日開催。材料費が必要。

「地域歴史教室」年に3~4回開催。無料です。

【教養講座】

開催は不定期、公民館だより等で案内します。

「着物着付け教室」「工作教室」「落語会」「コンサート」「防火訓練」等々基本的に無料です

