東公民館だより

回覧					

姫路市立東公民館　TEL．079-288-2870
〒670-0835　姫路市幸町 94

令和６年

4月の教養講座

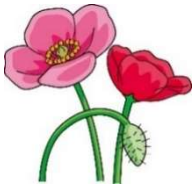
スマートフォン（スマホ）体験講座　（要申込　先着20名　無料）

4月3日（水）　14:00　～　16:00

令和3年度から始まったスマホ講座。今回はスマホの基本的な使い方に加えて、「LINE の使い方」、「スマホ決済」について学べます。コンビニなどで買い物をしてレジで財布から小銭を出すときにわずらわしさを感じた経験は、誰にでもあるのではないでしょうか。これからますますキャッシュレスが広がってきます。はじめはむずかしそうですが、慣れてくると本当に便利です。この機会に「スマホ決済」を体験してみましょう。

講座をスムーズに進めるために、自分のスマホを持っている方も、講師が用意したスマートフォンで学びます。もちろん、スマホ未使用の方も参加 OK です。

○参加申込の方法　公民館窓口で「申込表」に名前をご記入いただくか、電話で申し込んでください。　定員20名　　**受付開始　3月5日（火）**



文化講座へのお誘い　受講料　１回５００円

4月からの新講座　**「3B 体操」**　**講師　神吉　智美先生**

毎月第2･3･4火曜日　14:00～15:00

より健康に！より幸せに！　～新しい自分にチャレンジ！　今この瞬間がはじめ時～

★　運動が苦手でも大丈夫！　　★　無理なく楽しく体作り！

★　筋トレ・脳トレ・リフレッシュ！　　★　健康寿命を延ばしましょう！

○準備　動きやすい服装、水分、上靴、床に敷くもの（バスタオルなど）

令和6年4月は、無料体験実施！　（4/9, 16, 23）

「新舞踊講座」

第1・3木曜日　13:30～

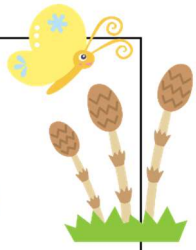
講師　　尾上　茜　先生

古典日本舞踊の基本を大切にしながら、耳慣れた歌謡曲や民謡に合わせて楽しく踊りましょう。

4月は新規加入の講座生だけでのスタートですから、特に初心者には始めやすい絶好のタイミングです。お友達と一緒に、ぜひ参加してください。

見学、受講希望の方は、事前に事務室まで連絡してください。

「朗読講座」



第1・3水曜日　10:00～

講師　吉岡　尹久子　先生

“声は個性、声は楽器”

声に出して本を読む事で脳に刺激を与え、喉を鍛えることで誤飲、風邪の予防になる事も・・・。

滑舌、アクセント、声の出し方、等々、朗読の基本を学びながら楽しく朗読・朗読劇を始めてみませんか。

「とりあえず、一度体験してから」という方も大歓迎です。受講希望の方も、体験希望の方も、公民館事務室までお知らせください。

（4月3日（水）　10時～　　見学・体験歓迎）

3月の講座　（予定が変更になる場合があります）

日	曜	講　　座　　等
5	火	ピアノと遊ぶ（9:00）
6	水	朗読（10:00）　男の料理（10:00）　民謡（18:30）
7	木	**「おやこリズムたいそう」（10:30）**　書道（井上　9:30）　新舞踊（13:30）
8	金	書道（大田　10:00）　コーラス（13:30）　着付け（14:00）
9	土	**「親子将棋教室」（9:30）**　オカリナ（9:30）　俳句（13:00）
13	水	木彫（10:00）　大正琴（14:00）　民謡（18:30）
14	木	**活動推進委員会（10：00）**
15	金	おしゃべり昼ごはん（10:00）　着付け（14:00）
16	土	**「わらべ茶道教室」（10:00）**　オカリナ（9:30）
17	日	**「子どもクッキング教室」（9:30）　クッキングクラブ（14:00）**
19	火	ピアノと遊ぶ（9:00）
20	水	朗読（10:00）　大正琴（14:00）　民謡（18:30）
21	木	書道（井上　9:30）　新舞踊（13:30）
22	金	**「気功教室」（10:30）**　書道（大田　10:00）　大人の料理（10:00）　コーラス（13:30）
23	土	オカリナ（9:30）　**「百人一首教室」（10:00）**
24	日	**リーダー研修会（10：00）**
27	水	木彫（10:00）　大正琴（14:00）
29	金	書道（大田　10:00）

講座の見学　大歓迎です。
講座の新設についてもご相談ください。