

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 回 覧 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

第 201 号
令和5年2月5日
休館日：毎週月曜日

公民館だより 2月号

姫路市立広畑第二公民館
姫路市広畑区高浜町3丁目21番地
電話・FAX 237-6220



一月は住める二月は逃げる三月は去ると申しますが早くも一月が終わりました。皆様に置かれては充実した一月をお過ごしのことと思います。二月も寒さに負けず、健康に気を付けて過ごしましょう。

公民館では「食から始めるいきいき生活」と題しまして姫路市保健課よりお越しいただき、低栄養にならないためにはどのような工夫が必要かというテーマで教養講座を実施しました。今後も健康寿命をどう伸ばすことが出来るのか。皆様と共に考えていきたいと思ひます。

写真左 1/1 1 教養講座「食から始めるいきいき生活」姫路市保健課を招き学習しました。

2月公民館講座のご案内

《地域講座・(親子教室)》

- ・講座名：なかよしランド
- ・日 時：2月2日(木) 10:00～
- ・場 所：2階 会議室
- ・講 師：移動児童センター 児童厚生員
- ・概 要：おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうた遊び、シアターは「一丁目のドラネコ」。ぜひお越しください。

《地域講座・(熟年教室)》

- ・講座名：DVD鑑賞
- ・日 時：2月4日(土) 9:15～
- ・場 所：1階 研修室
- ・講 師：校区老人クラブ 國岡美智子 会長
- ・概 要：志村喬主演「生きる」を鑑賞し、参加者の皆さんと交流します。ガンと分かりどう人生に向き合うか。

《地域講座・(親子教室)》

- ・講座名：青少年スポーツ
- ・日 時：2月4日(土) 13:00～
- ・場 所：広二小学校校庭
- ・講 師：スポーツクラブ 町田清志 代表
- ・概 要：運動場で元気いっぱいに球技を通じて、礼儀を学び、身体を鍛えます。応援よろしくお祈いします。

《地域講座・(健康教室)》

- ・講座名：ウォークラリー
- ・日 時：2月5日(日) 9:00～
- ・場 所：広二校区周辺 (校庭集合)
- ・講 師：スポーツ推進委員長 中村良二 委員長
- ・概 要：ふれあいウォーキングで心も体もリフレッシュしましょう。

《地域講座・(熟年教室)》

- ・講座名：学びの集い
- ・日 時：2月7日(火) 9:00～
- ・場 所：1階 研修室
- ・講 師：校区老人クラブ 國岡美智子 会長
- ・概 要：毛糸を利用して干支つくりをします。毛糸をご持参ください。

《地域講座・(熟年教室)》

- ・講座名：パソコン教室
- ・日 時：2月10日(金) 13:30～
- ・場 所：2階 会議室
- ・講 師：パソコン指導者 一井健二先生
- ・概 要：逆光で真っ黒になった写真を復活させよう。(ワードのみを使用します)

◎下記の文化講座の受講生を募集しています。興味のある方は是非、公民館へお問い合わせください。

◎2月4日(土) 手品教室 13:30 から ※今後も行う予定です。興味のある方は公民館までお問合せください。

文化講座の紹介と講座生の募集

- ・演歌歌謡・ハワイアン、フラ・詩 吟・太極拳・書道(一般、学生)・コーラス・水曜書道、仮名漢字
- ・パソコン教室・やさしい3B体操・社交ダンス・タイ古式ヨガ・編み物、手編み・3B体操
- ・カラオケ・ふるりの民謡・手芸パッチワーク・ウクレレ教室・トーンチャイム
- ・金曜書道教室・懐メロ(抒情歌)を歌おう会・HPAC パソコン中講座

講座は月に1～3回程度実施しています。詳しくは公民館までお問合せください。237-6220 (広畑第二公民館)

<裏面に3月の講座予定を掲載しています>

《3月の講座予定》

◎文化講座リーダー研修会 3月12日(日) 10:00~11:30

◎公民館推進委員会 3月19日(日) 10:00~11:30

| 講座名 | 日 | 時 | 項 目 | 講 師 |
|-----|------------|----------------------------------|---|----------------------|
| 地域 | 2日 (木) | 10:00~12:00 | 親子教室 なかよしランド ・おもちゃで自由遊び、体操や季節のわらべうたあそび、そしてシアター「はたらくくるま」を予定しています。 | 移動児童センター 児童厚生員 |
| 地域 | 4日 (土) | 9:15~11:30 ※9時より早く来館しないでください。 | 熟年教室 DVD鑑賞 演題 「老後の資金がありません！」 主演 天海祐希 草笛光子 ・老後の資金をやり繰りしながら貯めてきた主婦。そんな主婦に乗りかかる予定外の出費。やがて資金も……。結末はどうなりますやら?? | 老人クラブ 國岡美智子 会長 |
| 教養 | 5日 (日) | 10:00~11:30 | 一般教養 着付け教室 ・卒業、入学など様々なイベントがあります。是非、着付けを学び着物での参加はどうでしょうか。 | 着付け講師 鷹野秀美 先生 |
| 地域 | 5日 (日) | 9:00~11:30 | 健康教室 グラウンドゴルフの集い ・今までやったことのない人はこの機会に始めてみませんか。また、日ごろから親しんでいる方は腕試しで参加ください。笑顔いっぱい楽しみましょう。 | スポーツ推進委員 中村良二 委員長 |
| 地域 | 26日 (日) | 10:00~12:00 | ふれあい ストレッチ体操 ・寒い冬、身体を動かす機会も減ってきていませんか。ゆっくりと体を曲げ伸ばしして、ほぐしましょう。 | 健康運動指導士 政井貴子 先生 |
| 地域 | 26日 (日) | 14:00~15:30 | ふれあい 早春コンサート ・コロナやインフルエンザ、暗い話題が多い昨今、音楽で心の抗体を強くして、原因菌に負けない心を作りましょう | 音楽家 隅 美幸 先生 |

* 3月の定期清掃 編物・手編み、社交ダンス A、社交ダンス B の皆さんでお願いします。