

古知公民館だより

7月号

姫路市立古知公民館
TEL / FAX 336-2880

e-mail

kochi@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

講座案内

☆医療や介護 悩みお任せ 「ここが変だよ 終活！」

「講師」 宮本 敏幸氏

毎週日曜の朝7時からFMゲンキで放送されている「解決！なんでも困りごと相談」を担当するなど多方面で活躍されています

「日時」7月18日（火）10：30～11：30

「場所」古知公民館 2F 多目的研修室

「申込」公民館窓口若しくは電話でお願いします。参加費は無料です

☆みんなのあそび場 「演劇ワークショップ」

～台本を読み、セリフを使って人と交流することを楽しむ～

参加対象 小学校4年生～6年生

「日時」7月29日（土）10時～ どちらか都合の良い日に参加してね！

7月30日（日）10時～ 両日とも参加でもOKです

「定員」10名まで（両日とも）

「内容」 「体をほぐす体操」「詩を朗読」「台本を読んでもみる」

「実際に俳優が舞台稽古で体と頭を起こすために使うシアターゲーム（簡単な楽しい遊び）
「役を演じてみる」

「講師」 川飛 舞花さん

新国立劇場研修所で3年間学んだあと、21年には朝の連続テレビ小説「おちょやん」に出演、その他多数の番組・舞台にも出演し現在活躍中です。

「申込」公民館まで（直接窓口、電話、FAX、メール）

※参加費は無料です。動きやすい服装できてね。7月12日までお願いします！

演劇のワークの効果として

役を考えることにより他者の人生に触れ人の気持ちを考えられるようになります

話すことにより気持ちや話題の共有ができ心が整理されるようになります

人前に立つことにより自信、自己肯定感が上がります etc

☆健康づくり輪投げサークル古知

日時：7月21日（金）9：00～10：00

参加費：1ヶ月100円

（公民館使用料及び賞品代）



文化講座のご案内 （各講座の見学・入会はいつでも可能です。公民館窓口まで）

講座名	開催日時		講師	備考
書道教室	11, 18, 25 (火)	16:00~21:00	竹 内 有 希	第2、3、4火)
囲碁交流会	6, 20 (木)	13:00~15:00		第1、3 (木)
こども英語教室	毎週水曜日	15:30~18:00	上 浦 昌 世	
連鶴教室	14, 28 (金)	10:00~12:00	中 岡 文 子	第2、4 (金)
編み物教室	13, 27 (木)	10:00~12:00		第2、4 (木)
いきいき百歳体操	毎週水曜日	10:00~11:30		

地域講座のご案内 （各講座の見学・入会はいつでも可能です。公民館窓口まで）

講座名	開催日時		講師	備考
シニアヨガ	1日(土)	13:30~15:00	川 飛 淳 子	毎月第1土曜
筆ペン教室	8日(土)	10:00~12:00	福 田 正 子	毎月第2土曜
歴史講座	26日(水)	10:00~12:00	村 田 和 宏	毎月第4水曜
折り紙教室	26日(水)	10:00~12:00	福 田 正 子	毎月第4水曜

公民館利用可能時間 9：00～21：00

受付 9：00～17：00 （毎週月曜休館日）

お問合せ・申し込みは古知公民館 tel/fax 336-2880 までお願いします

e-mail:kochi@hi-net.city.himeji.hyogo.jo