

古知公民館だより

姫路市立古知公民館
TEL / FAX 336-2880
e-mail kochi@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

11月号

暦の上では11月8日が立冬。この時期は暖かく過ごしやすい日や霜が降りて肌寒い日が続いたりを繰り返しながら段々冬に向かっていきます。外に出る機会が少なくなりがちですが、心身ともリフレッシュしながら元気に過ごしましょう！



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	14, 21, 28 (火)	16:00~21:00	竹内 有希	第2,3,4 (火)
囲碁交流会	2, 16 (木)	13:00~15:00		第1,3 (木)
こども英語教室	毎週水曜日	16:00~18:10	上浦 昌世	
連鶴教室	10, 24 (金)	10:00~12:00	中岡 文子	第2,4 (金)
編み物教室	9, 23 (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		

健康講座

☆健康づくり輪投げサークル古知

日時：11月22日(水) 9:00~10:00

参加費：1ヶ月100円

(公民館使用料及び賞品代)



各講座とも、誰でもいつからでも参加できます。気軽にチャレンジしてみましょう!!

お問合せ・申し込みは古知公民館 ☎336-2880 までお願いします。

受付 9:00~17:00 (毎週月曜休館日)

地域講座 （各講座の見学・入会はいつでも可能です。公民館窓口まで）

歴史講座 毎月1回 第4水曜日

～南北朝の動乱と播磨～

鎌倉幕府滅亡後、およそ60年に亘って続いた南北朝の争いについて学びます。

11月22日（水）10:00～12:00

講師 村田 和宏さん

歴史を知ろう「ザ（座）・ヒストリー



シニアヨガ 毎月1回 第1土曜日開催

11月4日（土）13:30～15:00

講師 川飛 淳子さん（日本ルーシーダットン普及連盟公認インストラクター）

心と身体を整えて、健康促進 介護予防！



筆ペン教室 毎月1回第2土曜日開催

11月11日（土）10:00～12:00

講師 福田 正子さん

文字の基本から筆文字アートまで

毎回一つの作品を作ります



折り紙教室

11月22日（水）13:00～15:00

講師 福田 正子さん

楽しく折って頭と手指の体操！

参加者みんなでわいわいがやがや楽しく実施します。

