

高岡西 公民館だより

令和 5 年 12 月 1 日
姫路市立高岡西公民館
姫路市上手野 41 - 4
E-mail ; takaokan@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

☎ 079 (291) 0303
休館日 毎週月曜日

第 3 3 2 号

12月の講座案内

ピアノコンサート(教養講座)

I 部「ピアノで喜怒哀楽」

それぞれに合った曲を選んで弾きます。

☆ みんなで歌いましょう「明日があるさ」

◎休憩 ロールケーキと飲み物でティータイム

II 部「さあ 楽しく！」

おもちゃのピアノ6台で、どんな曲が演奏されるか
お楽しみに!

他にもまだまだ弾きますよ～!!

◇ 演奏者: 片岡雅子さん, 高宮久子さん, 谷口圭子さん
永井利子さん, 成山みかさん, 長谷川充子さん

◇ 日 時: 12月2日(土) 10:00~11:30

◇ 場 所: 高岡西公民館 2階

◇ 費 用: 菓子代 1000円(当日徴収します)

◇ 菓子作り: 柳千恵美さんをはじめ、協力者の皆さん

※ 駐車場が限られています。ご来場にご配慮ください。

千姫と姫路(歴史教室⑤)

太閤秀吉の遺言で1603年に大坂城に入興した千姫は、豊臣家滅亡の翌1616年に本多家桑名城に入興、翌年転封により夫忠刻と姫路城に居を構えますが、1626年に忠刻は病死し江戸に移りました。本多家は徳川方最前線として播磨国に入国し軍事的緊張を強いられており、千姫の姫路10年は平穏な生活にみえるも、秀頼の霊に悩まされていた時代でした。

◇ 日 時: 12月9日(土) 13:30~

◇ 講 師: 宇那木隆司先生(県立大・獨協大非常勤講師)

人生講座②「睡眠と健康の知恵袋」(教養講座)

ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ!

寝具選びのポイント、寝室の温度や湿度など、よりよい睡眠を取るための睡眠環境、夜中に目が覚めてしまう、なかなか寝付けないなどのお悩み別の解決方法など。

◇ 日 時: 12月9日(土) 10:30~

◇ 講 師: 山田 豊(明治安田生命)

チャレンジ工作(遠治郎科学教室)

LEDライトと穴をあけた竹筒を組み合わせて、「竹灯籠」作りにチャレンジします。

◇ 日 時: 12月17日(日) 13:30~

◇ 講 師: 遠藤 治三郎 先生

◇ 定員・申込: 先着10名(来館または電話)

◇ 費 用: 材料費 500円(当日徴収します)

◇ その他: 1~3年生は、保護者と一緒にお願います。

小学生の英会話教室

子ども達が簡単な英語を使って会話をしたり、ゲームをしたりして、英語に慣れ親しんでいます。

◇ 日 時: 12月3日(日)・17日(日)

高学年: 9:30~/低学年: 10:30~

◇ 講 師: 谷口 真理(Cathy)先生(英語講師)

子ども茶道・子ども百人一首(子ども伝統文化)

子ども達は、茶道や百人一首を通して日本の伝統文化を学び、礼儀作法も身に付けています。茶道は、お茶の作法を覚えて、お点前が上手になっています。百人一首は、回数を重ねる毎に上達しています。(参加者募集中)

◇ 日 時: 12月2日(土)・16日(土)

茶道 9:45~・百人一首 10:40~

◇ 講 師: 中川 宗君 先生(茶道裏千家教授)

童歌・お話と絵本の読み聞かせ(子育て教室)

絵本の読み聞かせとわらべ歌遊びを、親子で楽しむ教室です。読み手の声や表情、お子さんと一緒にファンタジーの世界を楽しんでください。また、子ども同士はもちろん、お母さん同士の交流も深まっています。

◇ 日 時: 12月12日(火)・26日(火) 10:00~

◇ 講 師: 原 三恵子 先生(姫路おはなしの会会員)

なかよしランド(親子教室)

~就学前のお子さんが対象~

おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうたあそび、そしてシアター「あわてんぼうのサンタクロース」を予定しています

◇ 日 時: 12月27日(水) 14:00~

◇ 講 師: 姫路市移動児童センター職員



いきいき百歳体操(公民館会場)

みんなで楽しく体操しています。初めて参加する人も大歓迎です。一緒に運動をして体力をつけましょう。

◇ 日 時: 12月9日・16日・23日(土) 9:30~

1月の教養・地域講座予定

月	日	曜日	時間	内容	講師
1月	6 20	土	9:45～ 10:40～	子ども茶道 子ども百人一首	中川 宗君 先生
	7 21	日	高学年9:30～ 低学年10:30～	小学生の英語	谷口 真理 先生
	9 23	火	10:00～	わらべ歌遊び絵本の読み聞かせ	原 三恵子 先生
	13	土	13:30～	新春コンサート	大西 由香里 先生 他
	24	水	14:00～	なかよしランド	姫路移動児童センター
	30	火	10:30～	健康教室③	角野 悟里 先生
	下旬			高西ウォーク⑤	公民館長

☆教養講座・地域講座の受講料は、無料です。

各種団体・組織からのお知らせ 12月

団体・組織名	期 日	行 事	場 所	備 考
連合自治会	12月10日(日)	連合自治会長会	高岡西公民館	19:00～
社会福祉協議会	12月3日(日)	ふれあい給食		
	12月19日(火)	にしっ子ひろば(子育て教室)	旧高岡西幼稚園	10:15～11:30
民生児童委員会	12月8日(金)	民生児童委員会	高岡西公民館	18:30～
高岡西小学校	12月5日(火)～7日(木)	個人懇談会		
	12月12日(火)	自転車教室(3年生)		
	12月21日(木)	給食終了日		
	12月22日(金)	終業式		
高丘中学校	12月15日(金)～20日(水)	保護者会		
	12月21日(木)	給食終了日		
	12月22日(金)	終業式		

第21回 高岡西ふれあい文化祭のお礼

11月19日(日)に清元市長、牧野市議会議員、沖塩市民局長、山本高岡地区連合自治会長を来賓としてお迎えし、「第21回 高岡西ふれあい文化祭」を成功裏に開催することができました。

今年は4年ぶりに制限なしの開催となり、出演者、スタッフを加えると観客数は延べ850名となり、舞台での演技、フロアでの展示を通して、『ふれあい』の場となりました。

出演、出展していただいた皆様、会場に足を運んでくださった皆様、企画から準備・実施に至るまでお世話いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

今後とも、このような催しを通じて、地域住民の交流が深まり、相互の連帯意識や地域づくりの機運が一層高まることを期待しています。

高岡西ふれあい文化祭実行委員会
実行委員長 林田 平八郎

中部西ブロック文化祭 4年ぶりの開催

10月29日(日)に姫路市市民会館で、第19回中部西ブロック文化祭が4年ぶりに開催されました。

中部西ブロックの8公民館の文化講座生の作品展示発表と舞台発表があり、それぞれが力作と熱演揃いで、約500名の参観者はきっと満足されたことと思います。

高岡西公民館から参加して下さった「編み物」、「古文書を読む会」、「童謡ゆーかり」、「ストレッチ健康体操」講座の皆さん、素晴らしい発表をありがとうございました。



童謡ゆーかり

ストレッチ健康体操