

城陽 公民館だより

1月号

- 姫路市立城陽公民館
- 開館日 火～日曜日 9時～17時
休館日 月曜日・年末年始
- 〒670-0947 姫路市北条 1053-1
- TEL/FAX 079-288-0943

明けましておめでとうございます。健やかな新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。
昨年、寅年はコロナ収束「メデタイガー」とはなりませんでしたが…残念！

本年、卯年は「ぴよん吉」で一日も早いコロナ収束により、笑顔あふれる一年となるよう祈念して
昨年と同様に、ご支援ご協力を頂きます様よろしくお願い致します。 館長 今村達美



歴史講座 「若き日の徳川家康」

1月14日(土) 10:00～11:30

菅原 美文先生（歴史研究家）

徳川家康(正しくは松平家康)は6才の時父母離婚。8才の時父が死去。さらに織田信秀、今川義元の「人質」となる。後に織田と今川が戦い、今川が敗北。岡崎城に帰り、独立した大名になる…
事前予約不要・自由参加です。



こどものおへや

えほんとわらべうた



1月18日(水) 10:30～11:30

林 美千代 先生（姫路おはなしの会）

名作絵本を読んだり、懐かしく温かい歌にあわせて手あそびや歩きあそびをしたりします。事前予約不要・自由参加です。

感染症対策
のため
先着 13 組

姫路市移動児童センター

なかよしランド

1月20日(金) 10:00～12:00

就学前までの子どもと保護者を対象に、自由遊び、体操や手遊び、わらべうた等を行います。今月は「だるまさんが」のシアターを予定しています。
事前予約不要・自由参加です。

はじめての English レッスン

1月21日(土) 10:30～11:30

中山 綾子先生（英会話講師）

【対象】小学1～3年生 10名

【申込み】～1/18(水)

小学校で英語を学ぶための一歩を踏み出す初心者向けレッスンです。ゲーム、アクティビティなどを通して英語を楽しみましょう！

動きやすい服装でお越し下さい。

※お子様のみの参加になります。

山陽地域包括支援センター講座

介護者のつどい

1月10日(火) 13:30～14:30

介護をされている方や介護経験者が集まって交流し、同じ悩みや体験などを話し合ったり、工夫している点などについて情報交換する場です。
一人で悩まず、日常の息抜きも兼ねてお気軽にご参加下さい。今介護をされていない方も、関心がある方は大歓迎です。事前予約不要・自由参加です。

リフレッシュヨガ

1月22日(日) 10:00～11:30

武木田 恭子先生（ヨガインストラクター）

【持ち物】ヨガマット（または大きめバスタオル）、汗拭き用タオル、飲み物

動きやすい服装でお越し下さい（ジーパン不可）。小さいお子さんをご遠慮願います。
事前予約不要・自由参加です（参加者多数の場合、先着順にて締め切らせて頂きます）。



年末年始の休館日・・・12/28(水)～1/3(火)



お料理教室

1月21日(土) 10:00~13:00

塚本 真弓先生(地域活動栄養士会)
フレイル予防メニューです♪

【定員】 12名

【メニュー】・菜飯ごはん ・簡単酢豚
・ニラともやしのエビサラダ
・白菜のクリーム煮
・高野豆腐の味噌スープ
・豆腐のわらび餅風

【材料費】 700円

【申込み】 ~1/14(土)

【持ち物】 箸、17°の三角巾、筆記用具
台拭き、食器拭き用タオル、ハンドタオル

キャンセルは2日前までにご連絡下さい。
それ以降のキャンセルは材料費負担になります。



城陽地区 連合自治会 防災・減災イベント

【日時】 2月5日(日) 10:00~

※小雨決行・雨天順延 2/19(日)

【場所】 城陽小学校 運動場・体育館

★市政出前講座(姫路市危機管理室)
防災を学ぼう!

防災資機材を使ってみよう!

★はしご車展示 ★防災グッズ展示

★体験コーナー ★作ってみよう

★避難所コーナー



ご近所お誘いあわせの上
ご参加下さい!

ご協力お願いします

・受付にて体温申告・マスク着用

・手指の消毒・ソーシャルディスタンス



【城陽幼稚園】

ようちえんで遊ぼう DAY (園庭開放) 1月31日(火) 10:00~11:30

・予定は変更になることがあります。事前にホームページでご確認下さい。



【R4.12.9 全国公民館連合会の新型コロナ感染拡大防止予防ガイドラインの見直しにより】

・公民館利用者連絡票の記入・ビニールカーテンによる仕切り・使用後の器材の消毒が省略されました。

しかしながら、新型コロナ感染は高止まりの状態です。今後とも **マスク着用** **消毒・手洗い** **3密回避**
(密閉・密集・密接)にご協力よろしくをお願いします。

当たり前前を当たり前にして、コロナに感染しない! 感染させない!



| 日 | 曜 | 1月の行事と文化講座 | ●:いきいき百歳体操(火曜日、木曜日 各9:30~) |
|----|---|---|---|
| 1 | 日 | 休館日 | 18 水 こどものおへや(10:30-11:30) 大正琴(午前)、空手道(夜) |
| 2 | 月 | 休館日 | 19 木 ● 藤工芸(午前) |
| 3 | 火 | 休館日 | 20 金 なかよしランド(10:00-12:00) 華道[知香流](午前)、カラオケ(午後) |
| 4 | 水 | 健美操(午前) | 21 土 はじめてのEnglishレッスン♪(10:30-11:30) お料理教室(10:00~13:00) |
| 5 | 木 | ● | 22 日 リフレッシュヨガ(10:00-11:30) ゆったりヨガ(午前) |
| 6 | 金 | カラオケ(午後)、空手道(夜) | 23 月 休館日 |
| 7 | 土 | | 24 火 ● たのしいストレッチ・華道[池坊](午前)、箏曲・三絃(午後) ハワイアンフラ(夜) |
| 8 | 日 | ころころ健康体操 ゆったりヨガ(午前) | 25 水 茶道・大正琴(午前)、パソコン・民謡(午後)、空手道(夜) |
| 9 | 月 | 休館日 | 26 木 ● 親子ハワイアンフラ(夜) |
| 10 | 火 | ● たのしいストレッチ(午前)、ハワイアンフラ(夜) | 27 金 書道(午前)、ウクレレ(午後)、コーラス(夜) |
| 11 | 水 | 茶道(午前)、パソコン・民謡(午後)、空手道(夜) | 28 土 あみもの・短歌(午前) |
| 12 | 木 | ● 親子ハワイアンフラ(夜) | 29 日 親子茶道教室(9:30-12:00) |
| 13 | 金 | 書道(午前)、ウクレレ(午後)、コーラス(夜) | 30 月 休館日 |
| 14 | 土 | 歴史講座(10:00-11:30) | 31 火 ● |
| 15 | 日 | 親子茶道教室(9:30-12:00) ころころ健康体操(午前) | |
| 16 | 月 | 休館日 | |
| 17 | 火 | ● たのしいストレッチ・健美操(午前) 箏曲・三絃(午後)、ハワイアンフラ(夜) | |

※予定は現時点のもので、今後の状況により変更になる場合があります

※今年度の新年交礼会は中止です。