



令和5年1月20日
 姫路市立安室公民館
 姫路市御立中3-3-7
 電話・FAX 295-8464
 休館日 毎週月曜日

E-MAIL : yasumuro@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

2月教養講座・地域講座他

講座名	日時	テーマ	講師
教養	2月19日(日) 10:30~	防災訓練・消防訓練	姫路西消防署 予防担当 姫路西消防団 安室分団
歴史	2月2、16日(木) 13:30~	古文書を学ぶ⑳㉑	元中学校長 加茂 幸男 先生
	2月12日(日) 10:00~	歴史教室 大河ドラマ「どうする家康」 ③家康と関ヶ原合戦	歴史研究家 菅原 美文 先生
三世代	2月 4日(土) 14:00~	けん玉教室	日本けん玉協会姫路支部 理事 日和 康憲 先生
健康	2月 9日(木) 13:30~	公民館の保健室～認知症予防教室～ 「歌って脳トレ⑥」	音楽療法士 大勢 美智子先生
子育て支援・子育て応援	2月14日(火) 10:00~	なかよしランド(親子14組まで) 自由遊び、きせつのわらべ歌遊び シアター「一丁目のドラネコ」他	姫路市移動児童センター
	2月23日(木) 10:30~	子育て応援教室&子育て相談 えほんとわらべ歌であそぼう⑤ (親子14組まで)	姫路おはなしの会 小早川 美鈴先生
	2月28日(火) 10:30~	親子ふれあい教室(親子14組まで) 人形劇「だるまちゃんとてんぐちゃん」 「はらぺこあおむし」	人形劇団 ねこのしっぽ 社協安室支部

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、講座を変更する場合がありますのでご了承ください

～ 公民館の保健室 ～

～先月の活動より～

1/12 「いつまでも元気に暮らしていくために」

地域包括支援センターと薬剤師、理学療法士の皆さんにも加わって頂きインボテ(体脂肪・筋肉量など)、血圧、血管年齢、握力を測定の後、外出・交流・社会参加と笑って楽しく運動することの大切さやかかりつけ医の必要性。またジェネリック医薬品とは？について教えて頂きました。これらを参考にして、人生100年時代を元気で暮らしていきましょう。



1/15 ～ ニューイヤーコンサート&歌って脳トレーニング ～

オープニングは新年らしく「越天楽幻想曲」を雅楽器、笙(しょう)の音色で、日本の四季の調べはフルート、バイオリン、チェロ、ピアノ、ボーカルのアンサンブル。どれも心に響き、うっとりしてしまいました。また、みんなで楽しくのコーナーでは干支にまつわる歌クイズを楽しみ、最後にハンドベルを持ってドレミの歌をみんなで合唱し、楽しいひとときを過ごしました。



社協安室支部より 子育て応援 親子ふれあい教室のご案内

「初めての子育てで不安!」「転勤で姫路に来たけどママ友もいなくて!」「子どもと一日中むきあってると煮詰まっちゃう!」と悩んでいる保護者の方と0才～5才までのお子さんに向けたプログラムです。
毎月第4火曜日(原則)10:30～11:30 安室公民館2階でやっています。
おやこでゆっくりあそびましょ♪



参加費無料・事前予約不要・感染症対策のため先着14組・おむつ替えスペースもあります。

～安室小・安室中学校から2月のお知らせ～

安室小学校	安室中学校
2月 4日(土) 創立150周年記念行事	2月 1日(水) 新入生説明会
2月 9日(木) 4日の代休	2月 3日(金) 2年生校外学習
2月10日(金) 150周年創立記念日	2月10日(金) 2年生実力考査
2月17日(金) オープンスクール	2月21・22・24日(火・水・金) 期末考査

3月教養講座・地域講座他

日時	テーマ	講師
3月 4、5日(土、日)	作品展示会	安室公民館
3月 4日(土)	けん玉教室	けん玉協会姫路支部 日和 康憲 先生
3月 9日(木)	公民館の保健室	安室地域包括支援センター
3月 12日(日)	歴史教室 大河ドラマ2023④	歴史研究家 菅原 美文 先生
3月 14日(火)	なかよしランド	姫路市移動児童センター
3月 23日(木)	子どもリトミック&子育て相談	文化講師 上山 真寿美 先生
3月 28日(火)	親子ふれあい教室「みんなであそぼ」	社会福祉協議会安室支部

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、講座を変更する場合がありますのでご了承ください