



令和5年2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

### 3月教養講座・地域講座他

E-MAIL : [yasumuro@hi-net.city.himeji.hyogo.jp](mailto:yasumuro@hi-net.city.himeji.hyogo.jp)

講座名	日時	テーマ	講師
教養	3月 4日(土) 13:00~16:00 5日(日) 10:00~15:00	学習発表会(作品展示) (絵手紙・絵画・子ども絵画・ HPAC パソコン、パッチワーク)	安室公民館 安室公民館活動推進委員会
歴史	3月12日(日) 10:00~	歴史教室 大河ドラマ「どうする家康」 ④大坂冬の陣・夏の陣 ・・・家康の戦略と戦術	歴史研究家 菅原 美文 先生
三世代	3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	3月 9日(木) 13:30~	公民館の保健室～認知症予防教室～ 「認知症ってどんな病気？」	安室地域包括支援センター
子育て支援・子育て応援	3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「はたらくるま」他	姫路市移動児童センター
	3月23日(木) 10:30~	子育て応援教室(親子14組まで) 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) 10:30~	親子ふれあい教室(親子14組まで) 身体測定(どれだけおおきくなったかな) みんなであそぼ!(自由あそび)	姫路市中央保健センター 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

### 3/4、5 ～ 学習発表会(作品展示) ～

令和4年度学習発表会(作品展示)を昨年と同様に出展を希望した5教室で開催します。  
 コロナ禍にも負けず、講座生が学習した日頃の成果をぜひご覧ください!

3月4日(土) 13時～16時、3月5日(日) 10時～15時 2階会議室にて  
 出展教室 絵手紙・絵画・子ども絵画・HPAC パソコン・パッチワーク



**安室公民館 文化講座生 大募集！**      **申し込みは公民館窓口まで**

NO	講座名(科目)	週・曜日	時間	月回数	講師氏名(敬称略)
1	パッチワーク(A)	第1・3(火)	10時～12時	2	中川 光子
2	シェイプアップ体操(A)	第1・3(火)	10時～12時	2	久谷 直子
3	パッチワーク(B)	第1・3(火)	13時～15時	2	中川 光子
4	簡単楽しく体操	第1・3(火)	13時半～15時	2	信澤 多佳恵
5	シェイプアップ体操(B)	第2・4(火)	10時～12時	2	久谷 直子
6	日本民謡	第2・4(火)	13時～15時	2	織田 るみ
7	生け花(未生流)	第1・3(水)	9時半～11時半	2	河本 幸
8	ヨガ(A)	第1・3(水)	10時～12時	2	久谷 直子
9	パソコン(応用コース)	第1・3(水)	9時半～11時	2	藤原 美幸
10	パソコン(フリーコース)	第1・3(水)	11時半～13時	2	藤原 美幸
11	パソコン(実践コース)	第1・3(水)	13時半～15時	2	藤原 美幸
12	スイートピーコーラス(混声)	第1・3(水)	13時半～15時	2	小橋 麗子・原 小百合
13	絵手紙	第2・4(水)	10時～12時	2	中尾 久代
14	ヨガ(B)	第2・4(水)	10時～12時	2	久谷 直子
15	HPACパソコン実践	第1・3(木)	10時～12時	2	日野 幸衛
16	編み物	第1(木)	13時半～15時半	3	柏原 千恵子
		第3(木)	12半～14半～16半		
17	男の料理	第3(木)	10時～12時	1	三浦 きわ子
18	簡単筋力トレーニング(木曜)	第2・4(木)	10時～11時半	2	信澤 多佳恵
19	簡単筋力トレーニング(金曜)	第1・3(金)	10時～11時半	2	信澤 多佳恵
20	女声コーラス	第1・3(金)	15時～16時半	2	山崎 直美
21	茶道(裏千家)	第2・4(金)	13時～15時	2	森本 逸子
22	書道(玄耀書道会)	第2・4(金)	10時～12時	2	松本 紅蘭
23	ミニ盆栽と山野草	第2・4(金)	10時～12時	2	岡本 充史
24	歌謡	第2・4(金)	13時半～15時	2	松嶋 一恵
25	ストレッチ・3B体操	第1・3(土)	10時～11時半	2	西井 輝子
26	囲碁	第1・3(土)	13時～15時	2	西原 義廣
27	子ども英会話(低学年)	第1・3(土)	9時50～10時50	2	上山 有美
28	子ども英会話(高学年)	第1・3(土)	11時～12時	2	上山 有美
29	歌謡曲カラオケ	第2・4(土)	9時半～11時半	2	柏木 照子
30	子ども絵画	第2・4(土)	10時～12時	2	西谷 純子
31	絵画	第2・4(土)	13時～15時	2	西山 貴美子
32	書道(生活書、芸術書)	第2・4(土)	13時～15時	2	柏木 照子
33	健康料理	第4(土)	10時～12時	1	三浦 きわ子
34	子ども書道	第2・4(土)	15時15分～16時半	2	芦田 八重美

**4月教養講座・地域講座他**

日時	テーマ	講師
4月 1日(土)	けん玉教室	けん玉協会姫路支部 日和 康憲 先生
4月6、20日(木)	古文書を学ぶ①②	元中学校長 加茂 幸男 先生
4月 11日(火)	なかよしランド	姫路市移動児童センター
4月 13日(木)	公民館の保健室「歌って脳トレ」	音楽療法士 大勢 美智子 先生
4月 16日(日)	春のコンサート	文化講師 山崎 直美 先生
4月 21日(金)	健康ウォーク①	安室公民館長 深川 泰明
4月 25日(火)	親子ふれあい教室	社会福祉協議会安室支部
4月 27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

※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

