安室公民館便り

第３１４号

令和５年８月２０日
姫路市立安室公民館
姫路市御立中３―３－７
電話・FAX２９５－８４６４
休館日　毎週月曜日
Ｅ－ＭＡＩＬ：yasumuro@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

9月教養講座・地域講座他

講座名	日　時	テーマ	講　師
教養	９月　３日（日） １３：３０～	第２回文化講座代表者会議 防災教室「消防訓練」	安室消防分団長 松岡 俊介 様
	９月２８日（木） １３：３０～	医学講座 「ホントは怖い糖尿病」	中央保健センター 工藤 有希 保健師
歴史	９月　７、２１日（木） １３：３０～	古文書を学ぶ⑪⑫	元中学校長 加茂 幸男 先生
三世代	９月　２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	９月　１４日（木） １３：３０～	公民館の保健室～認知症予防教室～ 「ボッチャ」を体験	安室地域包括支援センター
子育て支援・子育て応援	９月　１２日（火） １０：００～	なかよしランド 自由遊び、きせつのわらべ歌遊び、 シアター「はたらくくるま」	姫路市移動児童センター
	９月　２６日（火） １０：３０～	親子ふれあい教室 「おまつりあそび ＆ 子育て相談」 インスタ	社会福祉協議会安室支部 子育てボランティア 中央保健センター 工藤 有希 保健師
	９月　２８日（木） １０：３０～	子育て応援教室 子どもリトミック＆子育て相談	文化講師 上山 真寿美 先生

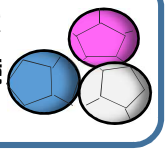
※場合により講座を変更する場合がありますのでご了承ください

9/28 医学講座 ～「ホントは怖い糖尿病」～

糖尿病と聞くと何が思い浮かびますか？甘いものが食べられない厳しい食事制限？激しい運動が必要？よくある病気？治らない？などなど・・・色々な事を思いますよね。当日は保健師と栄養士が伺います。いつまでも健康でいられるように、一緒に考えましょう。

9/14 公民館の保健室 ～「ボッチャ」を体験 ～

パラリンピック種目でもあるボッチャをやってみましょう！ボッチャは、各チームの球を転がしたり、投げたりして目標となる球に近づけるスポーツです。子どもから高齢者まで誰でも親しめる競技です。簡単なようで、結構頭脳戦でもあります。やればやるほど奥が深いスポーツです。



先月の活動より

夏休み特集

～安室小・安室中学校から9月のお知らせ～

安室小学校	安室中学校
9月　5日（火）　避難訓練（地震）	9月　1日（金）　トライやる・ウィーク発表会
9月15日（金）　学校安全の日	9月13日（水）　体育大会予行
9月28日（木）　オープンスクール	9月16日（土）　体育大会

10月教養講座・地域講座他

日　時	テーマ	講　師
１０月５、１９日（木）	古文書を学ぶ⑬⑭	元中学校長　　加茂　幸男先生
１０月　　７日（土）	けん玉教室	けん玉協会姫路支部理事　日和　康憲先生
１０月　１０日（火）	なかよしランド	姫路市移動児童センター
１０月　１２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
１０月　１５日（日）	三世代交流グランドゴルフ大会	安室地区連合自治会・安室校区老人クラブ 安室校区連合子ども会
１０月　２４日（火）	親子ふれあい教室 リトミックで遊ぼう	文化講師　　上山　真寿美先生 社会福祉協議会安室支部
１０月　２６日（木）	えほんとわらべ歌であそぼう	ひめじおはなしの会　小早川　美鈴先生

※場合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