

大塩公民館だより

電話・Fax 079-254-3178 月曜日休館

〒671-0102 姫路市大塩町汐咲1丁目39番地

4月号 令和6(2024)年 NO.447

E-mail : ooshiokm@hi-net.city.himeji.hyogo.jp



さくらの便りがきこえて参りました。今春、就職・進学・結婚・出産・引っ越し・・・大きな変化・飛躍を遂げる方は惜しみなく力を発揮されますように。また、変わりなくお過ごしの方は日常の中にどんなにささやかでも新しい発見をされますように。いずれにしましても普段と変わらない日常を過ごせることが何よりだと感じる今日この頃です。

4月より新しい地域講座・教養講座を開催したり、これまでの講座の回数を変更したりしています。今月号はもちろん、各月号でご案内いたしますので、お目通しいただければ幸いです。

今後とも活動へのご理解ご協力よろしくお願い申し上げます。

4・5月の講座のご案内

【 地域講座 】以下お申込み不要・無料

* 音楽でフレイル予防(健康音楽教室)

4月からも引き続き 毎月第1金曜日

13:30~15:00 2階会議室

4/5(金) 5/3(金)

* 医療公開講座

4/11(木) 13:30~14:30

2階会議室

「認知症予防~できることから始めよう」

講師:森田 京子氏

高砂西部病院 認知症認定看護師

【 子育て支援事業 】

* 子育てサロン

4月からも引き続き 毎月第1~3火曜日

10:00~12:00 和室または、汐の里で行います

4/2 はじめましの会(わらべうた)

4/9 親子リトミック

4/16 こいのぼり



【 4月からの健康体操教室 】

* 健康体操教室 (4月開講)

4/6(土)、5/4(土)

10時~ 2階会議室

~身体の不調は骨から~

講師:山崎 陽子氏

9月にも実施予定

* 骨盤体操教室 (R5.12, 1月実施)

4/19(金)13時30分~ 2階

講師:北井 いくみ氏

7・12月にも実施予定

* リフレッシュ3B体操(4月開講)

4/27(土)13時30分~15時

講師:竹内 啓子氏

(3B体操公認指導者)

5・6月にも実施予定

お誘い合わせて楽しく体操の時間を過ごしませんか。どなたでもご参加お待ちしております。初めての方も大歓迎。お申込み不要・無料。汗拭きタオル、飲物はお持ちください。

*移動児童センター 4月から引き続き毎月第4水曜日

10:00~12:00 (汐の里)

4/24 なかよしランド おもちゃでの自由遊び

体操や季節のわらべ歌あそび シアター「はたらくるま」



【社協事業】

*ふれあい食事会 第2木曜日 4/11 5/9

【令和6年度(2024年)教養・地域講座 開催予定その2】

日時	講座名	講師など	参加・備考
5/18(土)13時30分	歌の教室 春 (秋11月もあります)	篠原良三氏	歌は健康のバロメーター、人生の応援歌
6月後半、9月初旬	*陶芸教室	福田隆行氏	材料費・申込必要
7/26(金)10時~	*子ども絵画教室	福田隆行氏	下絵準備申込必要 大人の方もどうぞ
8/2(金)10時~	子ども電気教室	関西電気保安協会	小4生くらい以上
6/29日(土)13時半	落語の会(楽語)の会	上がり家寿五六 他	どなたでも
8月・12月(予定)	おはなし会	のじぎく文庫の皆さん	どなたでも
6/12、9/11、12/11 全3回水曜日 10時~12時(11時半?)	いきいき健康美容教室 ~いつまでも元気で今の生活をつづけていき たい人のための健康・ 美容レッスンです	藤江若菜氏 日本介護 美容セラピスト協会認 定インストラクター	年齢、性別関係なくどなたでも 目的:健康寿命をのばす、フレイル 予防、自立支援

【書道教室 生徒募集】 学生部(幼児~高校生)

場所 大塩公民館 2階第3会議室 毛筆・硬筆 ※お申し込みは

日時 土曜日(月3回) 午前9時~12時 大塩公民館へ

講師 太源書道会 井上夙沙 小さなころから書道に親しんで豊かな感受性を育て
ましょう。年長・小学新1年生には「あいうえお」から指導致します。



♡トーンチャイムミニコンサートにて、メンバー勢ぞろい

表*以外は、お申込み不要
無料です。体験にでもご参
加お待ちしております!!
5月号では文化講座を中心
に掲載します。各月号でも
内容や日程について再度お
知らせします。

ソフトバンク、スマホ教室

