

城乾公民館だより

令和5年8月25日
姫路市立城乾公民館
姫路市南新在家6-1
☎ 297-6625



9月の講座案内



【地域講座】 歴史教室

「本能寺の変と徳川家康 — 神君伊賀越え — 」

- ・日時 9月15日(金) 10:00~11:30
 - ・講師 石塚 太喜三 先生 (好古学園講師)
- 江戸時代の徳川史観では家康の功績を称えるための三大危機として①三河の一向一揆 ②三方ヶ原の戦い ③本能寺の変における神君伊賀越えが取り上げられてきました。その中の神君伊賀越えの危機は史実なのかということについて最近の学説を紹介しながら考えてみます。

【地域講座】 健康教室 「ストレッチ体操(5)」

- ・日時 9月13日(水) 13:30~15:00
 - ・講師 柴田 百代 先生 (A・B・Cストレッチ代表)
- 暑かった夏の疲れが少しずつ出てくる頃です。ストレッチ体操は心身の疲れをとってくれる体操です。身体も気持ちもすっきりさせて、気持ちよくさわやかな秋を迎えましょう。

【地域講座】 子ども教室 「はいはいランド(3)」

- ・日時 9月5日(火) 14:00~15:00
 - ・講師 移動児童センター 職員
- いつもの親子ふれあいあそび、季節のわらべうた遊びに加えてシアター「どんぐりかぞえうた」も予定しています。

【地域講座】 子ども教室 「なかよしランド(5)」

- ・日時 9月20日(水) 9:50~11:20
 - ・講師 移動児童センター 職員
- おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうた遊びに加えてシアター「はたらくくるま」を予定しています。

【文化講座のご紹介⑥】

脳トレパズル：第2・第4 (木) 13:30~15:00



元館長の勧めで開講し、3名で始まりました。10名の時もありましたが、体調不良やコロナのため、今は5名です。おしゃべりはなく、問題と格闘になります。鉛筆と鋏があればできます。是非見学にいらしてください。

383号

今月の絵手紙



9月の 城乾らくらくサロン 23日(土)

9:00~11:30

参加費：150円です。

お友達、お知り合いとお誘いあわせの上、是非ご一緒に参加ください。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。お待ちしております。

令和5年10月の講座・行事予定

【教養講座】「遺言書の作成、保管について」

- ・日時 10月31日(火) 10:00~11:30
 - ・講師 神戸地方法務局姫路支局 職員
- 自筆証書遺言書保管制度、相続土地国庫帰属制度等についてお話しします。令和6年4月から始まる相続登記の義務化に今から備えておきましょう。

【地域講座】 歴史教室

- ・日時 10月17日(火) 10:00~11:30
 - ・講師 藤原 龍雄 先生
- 国元と江戸との間で深刻な分裂状態に陥った姫路藩について考えます。

【地域講座】 いきいき教室 「男の料理(3)」

- ・日時 10月13日(金) 10:00~12:00
 - ・講師 姫路市保健所 いずみ会の皆様
- いつもの親子ふれあい遊び、季節のわらべうた遊びに加えてシアター「どんぐりかぞえうた」も予定しています。

【地域講座】 健康教室 「ストレッチ体操(6)」

- ・日時 10月11日(水) 13:30~15:00
 - ・講師 柴田 百代 先生 (A・B・Cストレッチ代表)
- ストレッチ体操で心身ともすっきりして、気持ちよく毎日を過ごしたいものです。

【地域講座】 子ども教室 「なかよしランド(6)」

- ・日時 10月18日(水) 9:50~11:20
 - ・講師 移動児童センター 職員
- いつもの親子ふれあいあそび、季節のわらべうた遊びに加えてシアター「どんぐりかぞえうた」も予定しています。

【地域講座】 子ども教室 「小学校で音楽教室」

- ・日時 10月5日(木) 9:30~12:00
 - ・講師 岩澤 昭子 先生 (音楽指導者)
- 音楽会を迎える城乾小3年生~6年生が、音楽指導に堪能な岩澤昭子先生に指導を受けます。

※ 公民館は月曜日がお休みです。

9月 城乾公民館講座予定一覧

日	曜日	午前 (10:00~11:30)	午後 (13:30~15:00)
1	金		総合手芸
2	土	パソコン(10:30~)	
3	日	コーラス	
4	月	休館日	
5	火		子ども教室 「はいはいランド(3)」
6	水		太極拳(経験者)
7	木	暮らしの書・絵手紙A・着付け	太極拳(初心者)・民謡
8	金		茶道Ⅱ
9	土	ヨガ・茶道Ⅰ	発声体操・茶道Ⅰ
10	日		
11	月	休館日	
12	火	人形劇・絵手紙B	スケッチ
13	水	3B体操	健康教室 「ストレッチ体操(5)」
14	木	論語	気功体操・三味線・脳トレパズル
15	金	歴史教室 「本能寺の変と徳川家康ー神君伊賀越えー」	総合手芸
16	土	パソコン(10:30~)	
17	日	コーラス	
18	月	休館日	
19	火	くらしの花	
20	水	子ども教室 「なかよしランド(5)」	太極拳(経験者)
21	木	暮らしの書・絵手紙A・着付け	太極拳(初心者)・民謡
22	金	ヨガ	茶道Ⅱ
23	土	城乾らくらくサロン	茶道Ⅰ
24	日		発声体操
25	月	休館日	
26	火	人形劇・絵手紙B	スケッチ
27	水	3B体操	
28	木	論語	気功体操・三味線・脳トレパズル
29	金		
30	土		

【文化講座のご紹介⑦】

3B体操：第2・第4(水)10:00~11:30

ボール、ベル、ベルダーの3種類の道具を使い、音楽に合わせて無理なく誰でも気軽に楽しめる健康体操です。体力、筋力を高めて健康寿命を延ばしたい仲間と和気あいあいと活動しています。「体を動かしたいけど激しい運動は…」と思われる方、いつでも体験にお越しください。

