

回覧																			
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

姫路市立飾磨公民館：〒672-8055 姫路市飾磨区宮 16

2024年 飾磨公民館だより 3月号 [第246号]

TEL/FAX 233-8488 (月曜日休館)

寒暖差の大きな日々が続きますが、日中の陽ざしには春の訪れを感じるようになりました。もう1か月もすると、新しい年度を迎える時期になります。飾磨公民館でも令和6年度の年間講座計画(案)ができ上り、新年度を迎える準備が着々と進んでいます。これまでにない新たな講座も始まりますので、どうぞご期待ください。なお、近日中に『年間講座計画一覧』を公民館窓口に配置しますので、ご覧のうえ受講の参考にいただければ幸いです。



3月の講座案内

パン作り ③

- 日 時 3月6日(水) 9:30~12:00
- 講 師 渡辺 志保先生(料理研究家)
- 内 容 表面にコーングリッツをまぶした丸くて平らなパン「イングリッシュマフィン」を作ります。
- 材料費 800円
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、生地持ち帰り用容器(タッパー等)
- 定 員 6人(受付2/6から)



講座名の前に★印のある講座は
事前申込み不要です。
★印のない講座は
1か月前から申込みを受け付けます。

★けん玉

- 日 時 3月30日(土) 13:30~15:00
- 講 師 寺前直一先生(姫路けん玉協会代表)
- 内 容 健康増進の運動として、集中力アップのトレーニングとして、室内での手軽な遊びとして「けん玉」を楽しみませんか。最近は親子での参加も増えています。(貸出しけん玉あり)



★人形劇

- 日 時 3月31日(日) 10:00~11:00
- 講 師 人形劇グループ「はっぴい」
- 内 容 ① 防災の視点を盛り込んだオリジナル劇『たいへんダー』
② おなじみの昔話『一寸法師』春のひとときを「お話の世界」でほっこりしませんか。親子でも、子どもだけでも、シニアの参加もOKです。



閉館時に電話による問い合わせで返信を希望される場合は、必ずお名前・電話番号を録音してください。

★令和6年度開設予定の文化講座(全21教室)

健康コーラス	ノートパソコン(5教室)	フラワーアレンジメント
料理教室	箏曲・三弦(生田流)	書道
歌謡教室	ヨガ教室	実用筆ペン(2教室)
プチフラワーギフト	フランス刺繍	親子英語遊び
らくらくピアノ	ペン習字(2教室)	音らく体操

※詳しくは、来月号の「公民館だより」でお知らせします。

< 4月の講座予告 >

<講座>	<日時>	<講師>	<主な内容・テーマ>
★大河ドラマから歴史を見る ○公民館でDIY	9日(火)10:00 21日(日)13:30	黒田美江子 玉本 敏彰 磯田 恒臣	「光る君へ」の世界を探訪 生活に役立つ木工作品の製作
★歴史講座	23日(火)10:00	菅原 美文	『源氏物語』と紫式部
★トキメキの歌&脳トレ	24日(水)10:00	大勢美智子	懐かしい歌を歌って脳の活性化!
★シニア困り事お助け講座 ○料理講座	28日(日)13:30 30日(火)10:00	宮本 敏幸 森本 ナツヤ	意外と知らない介護のお金のこと タイ式グリーンカレー作りに挑戦

○印の講座は、1か月前から事前申込みが必要です。



★令和6年度の新たな講座を紹介します!

シニア困り事お助け講座

FMげんきで放送中の「なんでも困り事相談」のパーソナリティや講師が、飾磨公民館で年3回の講演をさせていただきます。

第1回は4月の講座紹介参照

第2回は10/13で、「介護保で福祉用具・住宅改修」

第3回は1/19で、「断捨離・生前整理・遺品整理」

知って得する情報満載です。

羊毛フェルト

羊毛フェルトは、特殊な針でフェルトをつつく事で繊維を絡めながら思い思いの形に成形できることから、ニードルフェルトとも呼ばれる手芸の一種です。

動物や食物などを模したマスコットやアクセサリを作ってみませんか。



英語を楽しもう

主に、幼児から小学校低学年を対象にした講座です。

文字どおり、英語に慣れ親しむことが目的で、楽しい仕掛けがいっぱい用意されています。

講師は、文化講座「親子英語遊び」で指導いただいている中別府智子先生です。(年3回)



医療・健康講座

姫路中央病院のご協力により、年間3回の講座を開設します。(7月,9月,11月)

専門家の指導を受け、楽しく、無理なく健康寿命を延ばす取組を今から始めませんか。特に、認知症予防のためのコグニサイズは健康維持と認知症発症を遅らせる効果があるそうです。



笑って健康講座(落語)

素人落語集団「笑いのとんぷく」の皆さんを招いて年間3回の落語会を催します。

(5月,8月,11月)

素人とはいえ、昨年まで西二階町の寄席「七福座」に出演していたほどの腕前です。

「笑う門には福来たる」と言います。公民館で幸せなひとときをお楽しみください。



スポーツチャンバラ

その昔、テレビドラマの中で紹介され話題になったことのあるニュースポーツです。

11月にキッズ講座として実施しますが、親子での参加もOKです。

大人にとっては懐かしいチャンバラも、子どもにとっては新鮮なスポーツなのかも知れません。



ここでは、令和6年度に開設する講座の概要を紹介しましたが、詳しい内容等については、「公民館だより」や募集チラシ等でお知らせしますので、それらを参照してください。

また、近日中に発行します『年間講座計画一覧』には、開設日時や講師名なども掲載していますのでご覧のうえ受講いただければありがたいです。