

船津公民館だより

8月号(第389号)

令和7年7月23日発行

姫路市立船津公民館

姫路市船津町3288番地 TEL/FAX. 079-232-8116



7月12日(土)『楽笑スーパー落語』

たくさんのご来場、誠にありがとうございました。
開演中の会場内は、笑いの渦で包まれていました😊



家族と話そう【これから】のこと～人生会議～

6月24日(火)、北地域包括支援センターと在宅医療・介護連携支援センターの協働講座として開催されました。

人生会議とは、終活のような死の準備ではなく、“自分らしい生き方”の準備であり、人生最終段階における医療・ケアおよび“自分らしい生き方”について、家族や医療・介護関係者等と一緒に繰り返し話し合うことが大切です。



7/17(木)生活習慣病「虚血性心疾患」

花田 明美 様を講師にお迎えし、虚血性心疾患(冠状動脈硬化症)について、その発症原因や予防法について講演をしていただきました。心臓の冠状動脈の狭窄や閉塞が、狭心症や心筋梗塞を起こしますが、これは悪しき生活習慣により動脈硬化が進行していることに大きく関係しています。食生活の改善、運動習慣の確立、禁煙、ストレスマネジメントなど生活習慣の改善が、虚血性心疾患の予防に繋がると訴えられました。



7月6日(日)目指せ!「パティシエⅡ」～ウイナーパン～



7月10日(木)ソロごちクラブ～自分へのごちそう～

【献立】①野菜と肉のケッチャップ炒め ②胡瓜とシーチキンのマヨネーズサラダ ③ジャガイモと玉ねぎの味噌汁



ふなつ俳句のひろば6月号

- 青梅をそっともぐ手の柔かさ 紀子
- 緑陰のベンチの上の文庫本 宗理
- 豆飯や男の手づくり山椒の実 昭恵
- 一村に月遊ばせる青田かな つよし
- 万緑の中まっすぐに少女来る 明美

8月の公民館講座・夏休み子どもチャレンジ特集のご案内

人権教育学習会

日 時 8月2日(土) 19:00~20:30
 場 所 ふれあいの館 大ホール
 内 容 人権啓発映画鑑賞「大切なひと」
 グループでの感想交流
 ・ネット社会における部落差別と人権
 ~誰もが一人の人間として尊重される
 社会の実現を目指して~
 対 象 各自治会役員の皆さん
 持ち物 筆記用具



懐かしのフォークソングを歌おう!

日 時 8月22日(金) 13:30~14:30
 場 所 ふれあいの館 2階会議室
 出 演 Withのお二人
 ※懐かしいフォークソングや昭和歌謡を、ギタ
 ーやバイオリン、オートハープなどの生演奏
 で、みんなで一緒に歌いましょう!
 ※楽器をお持ちの方も、
 一緒に演奏しませんか?
 お気軽にお越し下さい!



《防災講座》

日 時 8月22日(金) 18:30~19:30
 場 所 ふれあいの館 2階会議室
 講 師 政策局危機管理室 西田様・福永様
 テーマ 防災を学ぼう!
 災害から身を守るための基本的な知識や
 対処方法、地域防災などについて学ぶ
 対 象 各自治会長等ご案内のとおり

① 小学1年生・2年生の英会話

② 小学3年生の英会話

日 時 8月23日(土)
 ① 10:00~11:00
 ② 11:00~12:00
 定 員 ①②とも各10名
 (事前申込が必要です)
 持ち物 汗拭きタオル、水筒



「ハレルヤ・コーラスをみんなで歌おう!

(山田公民館と共催)

日 時 8月24日(日)
 10:00~11:30
 場 所 ふれあいの館 大ホール・2階会議室
 談話室
 指導者 山下 令子 先生
 ピアノ 谷口 智子 様



星の子教室(姫路市移動児童センター)

日 時 8月27日(水) 14:00~15:15
 場 所 ふれあいの館 2階会議室
 対 象 0歳児(首すわり)から就学前まで
 の子どもと保護者さま
 内 容 大型絵本、おもちゃでの自由遊び、
 体操やわらべうたあそび等を予定し
 ています。

《 夏休み子どもチャレンジ特集 》 <いずれも事前申込が必要です>

● 8月3日(日) 13:30~15:00 洋菓子教室「目指せ!!パティシエII」②

内 容: ピザを作って、美味しく食べよう!
 ※ 定員に達しましたので、お申し込みを締め切らせていただきました
 持 ち 物: 材料費100円、エプロン、三角巾、布巾、筆記用具、マスク着用、飲み物



● 8月6日(水) 10:00~11:00 プログラミング教室「参加無料」

内 容: プログラミングを学んで、ロボットを動かそう!
 定 員: 10名(低学年児童は保護者同席をお願いします)
 申込期限: 7月31日(木)



● 8月17日(日) 13:30~15:00 たのしく美味しく科学を食べよう!

内 容: ホットケーキは、なぜふわふわに膨らむの?その秘密は?
 定 員: 12名(低学年児童は保護者同席をお願いします)
 申込期限: 8月9日(土)
 持 ち 物: 材料費500円、エプロン、三角巾、筆記用具、
 空のペットボトル(500mlくらい)3本



※ 詳しくは船津公民館までお問い合わせください!