

# 城北公民館だより

令和8年  
3月21日発行  
姫路市立城北公民館  
Tel/Fax 289-1539

<北斗271号>

## 4月の講座案内

### 地域講座 「男の料理教室」 初めての方、大歓迎

料理が苦手な男性のみなさん、「旬の季節の料理教室」で好評の細岡先生の指導で料理に挑戦してみませんか。初めての方でも安心して参加できます。

4月10日(金)

午前10時～12時

講師:細岡恵子先生(料理研究家)

- ◆2階調理室
- ◆定員8名(先着順) ◆費用:800円
- ◆マスク、エプロン、三角巾、タオル、ふきん持参



### 地域講座 なかよしランド

おもちゃでの自由遊び、手遊びやわらべ歌。シアターは「腹ペコあおむし」です。

4月25(土)

午後2時～午後4時

講師:姫路市児童センター

- ◆城北公民館2階 会議室
- ◆無料 ◆申込不要



### 地域講座

#### 「介護者の集い」

家族の介護をされている方、気軽にご参加ください。同じ介護者同士、日頃の思いを出し合い、聞いてもらうことでホッとします。地域支援包括センターの介護支援専門員も参加されます。

4月28(火)

午後1時30分～3時

講師:増位・広嶺地域包括支援センター

- ◆場所:1階和室
- ◆無料 申込不要



## 5月の講座

- 1日(金) 歴史教室  
講師 岡坂直巳氏  
「日本のお金の歴史から見た河合寸翁の偉大さ」
- 9日(土) 韓国語教室  
「韓国語で日常会話のフレーズを練習しよう」  
講師 ユン ジョンビン氏
- 15日(金) 教養講座  
「在宅医療病院・地域包括病棟とは」  
「自宅でできる尿漏れ予防のリハビリ」  
講師 木村病院 橋 社会福祉士  
藤井 理学療法士
- 22日(金) 歴史教室  
講師 中川秀昭氏
- 23日(土) 「なかよしランド」  
姫路市移動児童センター
- 26日(火) 「介護者の集い」  
地域包括支援センター

### 教養講座 韓国語教室

今回は韓国語で自己紹介するフレーズを学びます。自己紹介で使える簡単な韓国語を覚えて、コミュニケーションを楽しめるようになります。

#### 「韓国語での自己紹介を練習しよう」

4月11日(土)

午後1時30分～3時

講師:ユン ジョンビン 先生(ハングル語講師)

- ◆2階会議室
- ◆無料
- ◆申込不要

### 歴史教室

#### 「姫路城の奇跡と伝説の詩人大塚徹」

4月24日(金)

午後1時30分～3時

講師:岡坂直巳先生(元公立小学校長)

- ◆2階会議室
- ◆無料 ◆申込不要



## 4の活動予定

日	曜	行 事	日	曜	行 事
1	水	日本画 俳句 箏曲・三絃	16	木	ふれあい手芸井戸端 いきいき百歳体操
2	木	3B体操 いきいき百歳体操	17	金	
3	金		18	土	合唱
4	土	合唱	19	日	
5	日		20	月	
6	月		21	火	パソコン 華道 和音
7	火	華道	22	水	絵手紙 A 茶道(座礼)
8	水	絵手紙 A 民謡・三味線 茶道(座礼)	23	木	いきいき百歳体操 書道
9	木	いきいき百歳体操 書道	24	金	歴史教室「姫路城の奇跡と伝説の詩人大塚徹」(岡坂直巳先生) 詩吟
10	金	「男の料理教室」(細岡恵子先生) 詩吟	25	土	子どものお茶教室 茶道(立礼) なかよしランド(姫路市移動児童センター)
11	土	子どものお茶教室 茶道(立礼) 「韓国語教室」(ユン ジョンビン先生)	26	日	
12	日	押絵42会	27	月	
13	月		28	火	食彩細工 子ども書道「介護者のつどい」(増位・広嶺校区地域包括支援センター)
14	火	食彩細工 子ども書道	29	水	民謡・三味線
15	水	絵手紙 B 俳句 箏曲・三絃 日本画	30	木	

	講座名	講師	曜日	回	時間
1	箏曲・三絃	木村 真子	第1,3水	2	13:00~15:00
2	民謡	奥谷 佐夜子	第2,4水	2	13:00~15:00
3	三味線	奥谷 佐夜子	第2,4水	2	15:00~16:30
4	俳句	小坂 文之	第1,3水	2	13:30~15:30
5	華道(末生流 分甫会)	春名 富士穂	第1,3火	2	13:00~15:00
6	成人書道	八幡 玲玉	第2,4木	2	13:00~15:00
7	子ども書道	八幡 玲玉	第2,4火	2	15:00~17:00
8	子どものお茶	高崎 容子	第2,4土	2	10:00~12:00
9	絵手紙 A	徳留 早苗	第2,4水	2	10:00~12:00
10	絵手紙 B	徳留 早苗	第3水	1	10:00~12:00
11	茶道(裏千家・座礼式)	春名 宗穂	第2,4水	2	13:30~15:30
12	茶道(裏千家・立礼式)	春名 宗穂	第2,4土	2	13:30~15:30
13	日本画	山崎 法枝	第1水	1	10:00~12:00
14	食彩細工	林 睦	第2,4火	2	10:00~12:00
15	詩吟	太田 理撰	第2,4金	2	13:30~15:30
16	合唱	池内 知子	第1,3土	2	10:00~11:30
17	3B体操	牧 広栄	第1木	1	10:00~11:30

### 城北公民館文化講座

- ★いつからでも、ご参加下さい。
- ★詳しくは公民館へお問い合わせ下さい。
- ★また、お気軽にご見学にお越し下さい。