

城北公民館だより



<北斗 272 号>

令和 8 年
4 月 18 日 発行
姫路市立城北公民館
Tel/Fax 289-1539

5 月の講座案内

歴史教室

「日本のお金の歴史から見た
河合寸翁の偉大さ」
講師 岡坂直巳氏



5 月 1 日 (金)
午後 1 時 30 分～3 時

◆ 2 階会議室 ◆ 無料 ◆ 申込不要

韓国語教室

「韓国語での日常会話フレーズを
練習しよう」
講師 ユン ジョンビン氏

5 月 9 日 (土)
午後 1 時 30 分～3 時

◆ 2 階会議室 ◆ 無料 ◆ 申込不要

なかよしランド 幼児と保護者対象

「おもちゃでの自由遊び、手遊びやわらべ歌遊び」シアターは「ぞうくんのさんぽ」
工作 鯉のぼりづくり・新聞紙かぶとづくり
主宰:姫路市移動児童センター

5 月 23 日 (土)
午後 2 時～3 時 30 分

◆ 首すわりから小学校に入学するまでのお子
さんが対象です
◆ 公民館 2 階会議室 ◆ 無料 ◆ 申込不要
◆ 持ち物:タオル 飲み物 動きやすい服装

地域講座

「季節の料理教室」
講師:細岡恵子氏 (料理研究家)



5 月 8 日 (金)
午前 10 時～12 時

◆ 2 階調理室 ◆ 定員 10 名 (先着順)
◆ マスク、エプロン、三角巾、タオル、ふきん
◆ 費用:800 円

歴史教室

「豊臣秀長の生涯」
講師 中川秀昭氏

5 月 22 日 (金)
午後 1 時 30 分～3 時

◆ 2 階会議室 ◆ 無料 ◆ 申込不要

教養講座

「尿漏れ改善のための骨盤底筋群
トレーニング」
「在宅療養支援病院と地域包括ケア
病棟について」
講師 木村病院の藤井理学療法士
橋ソーシャルワーカー

5 月 15 日 (金)
午後 1 時 30 分～3 時

◆ 2 階会議室 ◆ 無料 ◆ 申込不要

地域講座

介護者のつどい



こんな思い、
自分だけなのかな？

講師: 増位・広嶺地域包括支援センター
5 月 26 日 (火)
午後 1 時 30 分～3 時

◆ 場所: 1 階和室
◆ 受講料:無料 申込不要

5月の活動予定

日	曜	行 事	日	曜	行 事
1	金	歴史教室「日本のお金の歴史から見た河合寸翁の偉大さ」(岡坂直巳氏)	16	土	合唱
2	土	合唱	17	日	民謡・三味線
3	日	憲法記念日	18	月	
4	月	みどりの日	19	火	パソコン 華道 古典の会
5	火	こどもの日 パソコン 華道	20	水	絵手紙B 日本画 俳句 箏曲・三絃
6	水	日本画 俳句 箏曲・三絃	21	木	ふれあい手芸井戸端 いきいき百歳体操
7	木	3B体操 いきいき百歳体操	22	金	歴史教室「豊臣秀長の生涯」(中川秀昭氏) 詩吟
8	金	「季節の料理教室」(細岡恵子氏) 詩吟	23	土	子供茶道 茶道 なかよしランド(主催:姫路市移動児童センター)
9	土	韓国語教室「日常会話フレーズを練習しよう」(ユン ジョンビン氏) 子供茶道 茶道(立礼)	24	日	
10	日	押絵 42会	25	月	
11	月		26	火	食彩細工 子どもの書道 介護者のつどい(増位・広嶺地域包括支援センター)
12	火	食彩細工 書道(子供) 和音	27	水	絵手紙A 民謡・三味線 茶道(座礼)
13	水	絵手紙A 茶道(座礼)	28	木	いきいき百歳体操 書道
14	木	いきいき百歳体操 書道	29	金	パンの会
15	金	教養講座「在宅療養支援病院」「自宅でできる尿漏れ予防のリハビリ」(橋社会福祉士、藤井理学療法士)地域包括支援センター	30	土	
			31	日	

6月の講座

文化講座 俳句 第1・3水曜日 13:30~15:30

講師 小坂文之



- ◆ 5日(金)
「男の料理教室」
細岡恵子講師
- ◆ 6日(土)
「韓国語教室」
ユン ジョンビン講師
- ◆ 20日(土)
「子どもの料理教室」
細岡恵子講師
- ◆ 23日(火)
「介護者のつどい」
増位・広嶺地域包括支援センター
- ◆ 28日(日)
「百人一首」
太田理子講師