



荒川公民館

TEL 293-6625

里芋だより

No.378 令和7年6月号

mail-address arakawak@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

回						
覧						

《 6月16日～7月15日までのご案内 》

《 はいはいランド 》 6月27日(金) 14時～ 移動児童センター

6月の「はいはいランド」は、親子ふれあいあそび、季節のわらべうたあそび、そして「まあるいたまご」のシアターを予定しています。

事前予約不要の自由参加です、乳幼児とその保護者の参加をお待ちしています。



《 こいも七夕会 》 7月8日(火) 10時30分～ こいもの会・民生ボランティア

場所：荒川幼稚園 遊戯室

今年度も荒川幼稚園の遊戯室で開催します。色とりどりの可愛い七夕飾りをつくりましょう。事前予約不要の自由参加です、乳幼児とその保護者の参加をお待ちしています。



《 パン教室 》 7月8日(火) 9時30分～ 西口小夜子 先生

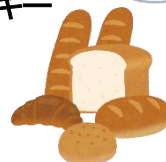
～大好評のパン作り教室です！～

献 立 ・黒豆と桜えびのパン ・ちくわパン ・サーターアンダギー

持 ち 物 エプロン 三角巾 ふきん2枚 ハンドタオル お茶

持ち帰り用の容器とナイロン袋 マスク着用

材 料 費 500円 先着10名 受付期間：6月25日(水)～7月1日(火)



《 荒川公民館 認知症講座 》 7月8日(火) 13時30分～ 山陽地域包括支援センター

「人生100年時代」 いつまでも元気に・自分らしく・楽しく生活したいものです。人生の最終章に向けて、生活の質を高める方法について話をします。

講師：橋本 高行（山陽地域包括支援センター）

主な内容 ・認知症の初期症状 ・早期発見の重要性 ・認知機能トレーニング（脳トレ）
・運動、食事の大切さなど

※ 予約不要の自由参加ですので気軽にお越しください。（問い合わせ センター 283-1511）

《 人権について考えよう！ 》 7月8日(火) 17時30分～ 人権啓発課 阪本 靖 先生

老人・子どもなど社会的弱者への差別・同性婚・セクハラ・パワハラなど、私たちをとりまく様々な差別について考えます。民生児童委員の皆さんの定例会前に、30分間の人権講話を開催。 ※ 事前予約不要ですので、地域の皆さんも気軽にご参加ください。

《 スマホわいわいサロン 》 7月9日(水) 13時30分～ 森本 達也 先生

スマホ初心者を対象に、毎回受講生を募集し、第2水曜日、午後1時30分から90分間のスマホ講座を実施！

7月1日(火)～8日(火)までに電話でお申し込みください。

受講料：無料 先着6名



《 廃藩置県・学制 》 7月13日(日) 10時～ 飯塚 敬^{ひろし} 先生



甲子の獄の後、世は180度転換、時代は明治となり、岡山の備前藩が大きく関わった姫路城の明け渡し、甲子の獄の裏返しとなる戊辰の獄へと続きます。廃藩置県により姫路藩は姫路県に、その7日後には飾磨県に名称変更、その飾磨県も5年後には消滅し兵庫県になりました。県名を巡るこの目まぐるしい変遷が、今の姫路の現状に少なからぬ影響を及ぼしたと考えます。 ※ 予約不要の自由参加ですが、資料準備の都合上、できるだけ電話でお申し込みください。

7月16日～8月15日までの予定



・わんぱくランド工作教室	移動児童センター	7月25日(金) 14時～
・姫路東高校出前講座	姫路東高校科学部生徒と先生	7月下旬～8月上旬 日未定
・フレイル予防教室①	姫路南保健センター	7月29日(火) 13時半～
・ハーブ&添加物の話とハーブ茶の会	藤岡 真路 先生	7月30日(水) 10時～
・飾磨警察生活安全課講話	飾磨警察署生活安全課	8月 1日(金) 17時半～
・親子料理教室	中田 純子 先生、他	8月 6日(水) 10時～
・夏休み子ども工作教室	川島加奈子 先生	8月 9日(土) 14時～
・歴史教室 戦後の復興から現在の姫路	飯塚 敬 先生	8月10日(日) 10時～
・こいもの会夏祭り	こいもの会の皆さん	8月12日(火) 10時半～
・スマホわいわいサロン	森本 達也 先生	8月13日(水) 13時半～

文化講座のご案内：公民館の文化講座に参加して、気の合う仲間と楽しい時間を過ごしませんか？

「こころ」も「からだ」も「リフレッシュ」！ 受講料は1回500円

《 華道(小原流) 》 第1・2・4火曜日 10:00～12:00 延川八重子 先生

いろんな花に出会えます。フラワーアレンジメントもやっています。一度のぞいてみてください。

《 健康体操 》 第1・3水曜日 10:00～11:30 山口 恭子 先生

音楽に合わせて楽しく体操します。いっしょに体を動かしませんか？ どなたも大歓迎します。

《 3B体操 》 第1・3水曜日 13:30～14:45 内藤 令子 先生

運動の苦手な方でも3B体操独自の用具、ボール・ベル・ベルター等を使って、有酸素性運動、バランス運動、筋力アップ運動、ストレッチ等、音楽に合わせて無理なく楽しく動けます。

《 年輪歌の会 》 第4火曜日 10:00～12:00 池上 益美 先生

月1回、いろんな歌をみんなで気持ちよく歌って、楽しい時間を過ごしましょう！

《 パソコン初級とインターネット 》 第2・4金曜日 10:00～12:00 山名美佐子 先生

ネット社会の変化と速さに取り残されないように頑張りましょう！ スマホも扱っています。

※ ご興味のある方は、一度 体験教室(無料)に参加してみてください。 公民館 293-6625

「ほっこり川柳荒川」より：餞別も心を包み少しだけ