



荒川公民館

TEL 293-6625

里芋だより

No.390 令和8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26日(金) 14時～ 移動児童センター

内 容：4ヶ月から12ヶ月ぐらいまでのお子様を対象とした「離乳食講座」

対 象：乳児とその保護者の皆さん 講 師：立石 雅美 先生

募集人数：先着15組（第1子を優先します）

持参物：バスタオルなどの敷物 飲み物 お気に入りのおもちゃ 筆記用具

5/26から受付ますので移動児童センター(294-3346)までお申し込みください。



《 姿勢・健康講座 》6月28日(日) 10時～ 杉本 雪子 先生 (看護師・姿勢科学士)

目からウロコの姿勢科学 ～不調にさよなら、生き生きとした人生を歩む～

肩こり・腰や膝痛など体の不調、痛みは「年のせい」とあきらめていませんか？

実は、その悩みは「姿勢」と深い関係があります。

健康に過ごすために姿勢の大切さをお伝えします。

講座終了後 ご希望の方に姿勢チェック体験会を行います。お気軽にご参加ください。

参加費：無料 募集人数：10名 随時受付ますので、荒川公民館(293-6625)までお申し込みください。



《 生活安全課講話 》 7月1日(水) 17時30分～ 飾磨警察署生活安全課

姫路地域も特殊詐欺被害頻発！ 様々な手口や被害状況をお知らせします。

荒川地区連合自治会定例会の前に30分間限定で実施。

防犯に役立つ情報満載の講話です、地域の皆さんも気軽にご参加ください。



《 パン教室 》 7月7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： カスタード入りメロンパン ・ ベーコンエピ

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24日(水)～6月30日(火)



《 スマホわいわいサロン 》 7月8日(水) 14時～ 森本 達也 先生
 内 容：キーボードの使い方、メモ帳での個人情報管理、コピー&ペースト・スクリーンショット・スキャン、SNSへの写真・動画のアップ、転送、共有について
 Android と iPhone に分けてわかりやすく説明します。



受講料：無 料 募集人数：6名（Android と iPhone に分けて個別対応）
 受付期間：7月1日(水)～実施日前日までに電話でお申し込みください。

《 日中戦争～太平洋戦争へ 》 7月12日(日) 10時～ 富士本 健 先生

「近現代史のターニングポイント⑤」として、「日中戦争～太平洋戦争へ」について、富士本健先生に講義していただきます。



事前予約不要の自由参加ですが、資料準備の都合もありますので、できるだけ荒川公民館（電話：293-6625）までお申し込みください。

《 こいも七夕会 》 7月14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。
 色とりどりの可愛らし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皆さまのご参加をお待ちしています。



《 自分らしく幸せに暮らせる社会を～孤独・孤立を防ごう～ 》 7月14日(火) 17時30分～
人権啓発課 三谷 礼子先生

1. 幸せに生きるとは？ 2. 社会の中にある人権課題 3. 孤独・孤立について 4. 孤独・孤立を防ぐために
 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。

7月16日～8月15日までの予定



・パティシエ気分でロールケーキ	高濱 御栄 先生	日程変更 7月22日(水) 10時～
・わんぱくランド工作教室	移動児童センター	7月24日(金) 14時～
・ドローン操縦教室	東口 宜弘 先生	7月25日(土) 14時～
・いきいき血管講座	明治安田生命	7月29日(水) 13時半～
・みそ作り	橋本 博和 先生	7月30日(木) 10時～
・親子料理教室	中田 純子 先生 他	8月 5日(水) 10時～
・リンパを流すストレッチヨガ	平見 明子 先生	8月 5日(水) 10時～
・夏休み子ども工作教室	川島加奈子 先生	8月 8日(土) 10時～
・姫路東高校出前講座	姫路東高校科学部	8月 8日(土) 14時～
・歴史教室	高桑 由雅 先生	8月 9日(日) 10時～
・スマホわいわいサロン	森本 達也 先生	8月12日(水) 14時～

「ほっこり川柳荒川」より：ねる食べる運動だけが足りないの