



荒川公民館

TEL/FAX 293-6625

里芋だより

No.391 令和8年7月号

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

回						
覧						

《7月16日～8月15日までのご案内》



《親子お菓子教室 ロールケーキ作り》 7月22日(水) 10時～ 高濱 御栄 先生
 当初、5月31日(日)に予定していましたが、都合により7月22日(水)に変更しました。
 対象：保護者(親・祖父母)と小学生の二人一組、計5組10名でロールケーキを作ります。
 材料費：一組1000円 申込期間：随時受付ますので、電話でお申し込みください。
 持ち物：エプロン 三角巾 タオル ふきん2枚 持ち帰り用袋 お茶 マスク着用

《わんぱくランド工作教室》 7月24日(金) 14時～ 姫路市移動児童センター
 荒川小学校で配布されたセンターからの申込用紙を期間内に公民館へご持参ください。
 参加費：無料 先着：24名 申込期間：7月4日(土)～17日(金)

《ドローン操縦教室》 7月25日(土) 14時～15時半 東口 宜弘 先生
 参加者全員にドローン操縦体験をしていただき、その後、ドローンを使ってお菓子釣りに
 チャレンジします。今年も広くて天井の高い荒川小学校の体育館で実施します。
 参加費：無料 対象：子どもから大人まで、どなたでもお楽しみください。
 定員：先着15名 申込期間：随時受付ますので、電話でお申し込みください。

《いきいき血管講座》 7月29日(水) 13時30分～ 明治安田生命出前講座
 内容：血管の健康をテーマにした健康増進プログラム 講師：土井 瑠美子 さん
 参加費：無料 少し早めにお越しただければ、順次、ベジチェック測定ができます!
 定員：20名程度 申込期間：随時受付ますので電話でお申し込みください。

《みそ作り》 7月30日(木) 10時～ 橋屋 店主 橋本 博和 先生

持ち物：エプロン 三角巾 ハンドタオル 飲み物
 容器持ち帰り袋(ナイロン手提げ袋等) マスク着用
 材料費：1850円(お味噌約2.5kgと容器代込み)
 定員：20名 申込期間：7月15日(水)～22日(水)



《親子料理教室》 8月5日(水) 10時～ 中田 純子 先生 他

～ 親子でまんまる手まり寿司クッキング～
 カラフル手まり寿司 ミニミニいなり寿司 やみつき塩こんぶサラダ
 シンプルみそ汁 フルーツソイゼリー



対象：1～6年生親子(祖父母等も可) 定員：16名
 材料費：1人500円(7月29日(水)までに公民館へ持参してください)
 準備物：エプロン 三角巾 ふきん2枚 ハンドタオル お茶 マスク着用
 (上靴・スリッパ持参可) 申込期間：7月22日(水)～29日(水)

《リンパを流すストレッチヨガ②》 8月5日(水) 10:00～ 平見 明子 先生
 ヨガの効果的なストレッチと深い呼吸でリンパの流れを良くし、身体の営みを整えていきます。
 参加費：無料 定員：10名 持ち物：動きやすい服装 ヨガマット タオル お水
 受付期間：7月22日(水)～8月1日(土) 電話でお申し込みください。

※10名程度の受講希望があれば、新規文化講座として開講したいと考えています。

《夏休み子ども工作教室》 8月8日(土) 10時～ 川島 加奈子 先生

内 容：「鳥のモビール」作り

ハサミで厚紙を鳥の形か飛竜プラノドンの形に切り、アクリル絵の具で色を塗り、ポンドや糸を使って組み立てます。お部屋に飾って楽しめます。

鳥か飛竜かは、申込時に選べます。

☆ 見本は公民館の図書コーナーに飾っています。

対 象：小学校1～6年生(保護者の付き添い同伴可、申込時にお伝えください。)

先 着：15名

申込期間：7月22日(水)～8月2日(日)

材料費：400円(申込最終日の8月2日までに持参してください。)



《姫路東高校科学部出前教室》 8月8日(土) 14時～ 姫路東高校科学部の生徒と先生

内 容：「万華鏡で世界を回してみよう!!」身近な材料を使って、自分だけのオリジナル万華鏡を作ります。鏡の仕組みについても楽しく学びましょう。

対 象：小学校1～6年生(保護者同伴可) 先 着：20名

申込期間：随時、荒川公民館(293-6625)までお申し込みください。

参加費：無 料 準備物：特になし



《赤松円心が生きた鎌倉時代》 8月9日(日) 10時～ 高桑 由雅 先生

源頼朝、鎌倉幕府、鎌倉武士の生活、元寇、御家人の窮乏などの説明を通して、赤松円心が生きた鎌倉時代について概観します。

※自由参加ですが、資料準備の都合もありますので、できるだけ電話でお申し込みください。

《スマホわいわいサロン》 8月12日(水) 14時～ 森本 達也 先生

内 容：ネットショッピング(Amazon・楽天・ヤフー・メルカリ)

AI(ジェミニ)を使ってみよう

受講料：無 料 先 着：6名 ※質問には丁寧にお応えします。

申込期間：8月1日(土)～実施日前日まで



8月16日～9月15日までの予定

「ほっこり川柳荒川」：ほき笑い寄り道こそが生きる道

・二足ロボットバトル教室	中村 素弘 先生	8月23日(日) 13時半～
・はいはいランド	移動児童センター	8月28日(金) 14時～
・姫路城と名古屋城の石垣について	河本 愛輝 先生	8月30日(日) 10時～
・司法書士による個別相談会	西川 英彰 先生	9月 6日(日) 9時半～
・すくすく子育て!～乳幼児の食事～	保健所健康課	9月 8日(火) 10時半～
・珈琲焙煎教室	高濱 御栄 先生	9月 9日(水) 13時半～
・スマホわいわいサロン	森本 達也 先生	9月 9日(水) 14時～
・荒川公民館寄席	楽の会(落語家2名)	9月12日(土) 13時半～
・赤松円心の登場	高桑 由雅 先生	9月13日(日) 10時～