



教養講座	2月13日(金) 10時～11時半	ス マ ホ 学 習	高齢者支援課スタッフ
	2月20日(金) 10時半～12時	魅惑の国 フランス	姫路日仏協会会長 白井 智子 氏
地域講座	2月12日(木) 9時～11時半	姫路城 特別公開	歴史講座講師 芳賀 一也 先生
	2月19日(木) 10時～11時	わらべ歌で遊ぼう	おひさま園理事長 高田 智子 先生
	2月27日(金) 10時～11時半	健康フェスタ 2026	ぼうしや調剤薬局 薬剤師

2/13 気軽にしゃべりしながら、スマートフォンに関するお悩みや、お困りごとを相談しませんか？楽しみながら、スマートフォンの基本的な使い方や、活用方法を学びましょう。ぜひ、ご参加ください。  
※希望される方は、電話か窓口で申し込んでください。(準備の都合で、2月8日に締め切ります。)

2/20 講師の白井智子さんは、長年、フランスの大学で勉強や研究をしてこられました。フランスはなぜ、世界中の人をひきつけるのでしょうか？フランスの言葉や地理、芸術、食文化、スポーツ、祝祭・伝統行事、世界遺産などの紹介を通して、フランス文化の魅力や多様性、日本との違いについてお話していただきます。

2/12 姫路城特別公開が2月1日から開催されます。西小天守などの内部から、防御の要となる構造や城郭の様子を間近で見学できる貴重な機会です。芳賀先生が楽しく案内して下さいます。靴下の重ね履き等の防寒対策と歩きやすい上履きのご用意を！ ※参加費無料、1月13日から申込受付中。※定員15名(電話か窓口で)

2/19 親子でふれあい、お家でも歌えるわらべうたを、いっしょに楽しみましょう。会場は安室東幼稚園です。  
※対象は未就学児で、申し込みは不要です。

2/27 「最近疲れやすくなった」「歩くスピードが遅くなった気がする」など、それは体からの小さなサインかもしれません。日々のちょっとした意識で心と体は、大きく変わることがあります。  
すぐに取り入れられるセルフチェックのコツ、実技を交えてお伝えします。「まだ大丈夫」と、思われている今こそ、ご自分の体をチェックしてみませんか？

### 公民館文化発表会(舞台発表)のご案内

3月8日(日)13:00～15:15 第1・第2会議室

歌ってアンチエイジング カラオケ演歌  
3B体操 大人のリトミック  
簡化24式太極拳 誰でも簡単ブレイクダンス  
ストレスフリーヨガ よさこい教室

### 3月の講座予定

3月12日(木) もと料亭女将が作る腸活麺料理Ⅲ  
白倉 理恵 氏

◇2月12日から受付開始(12名) 材料費1,000円

3月13日(金) 飾磨津の歴史と姫路藩御船手組  
中川 秀昭 先生

3月20日(金) 季節料理 山本ひとみ 先生

◇鮭のホイル焼き、蓮根蒸し、チーズ饅頭 他  
◇2月20日から受付開始(12名) 材料費700円

### 「カムカム民謡教室」 講座生募集

◇ 4月開講 新文化講座 ◇

唄や三味線で楽しく遊びましょう♪

山下真由美先生(日本民謡兵庫県名人・三味線藤本流)の、丁寧な指導で、みんなで演奏する面白さを味わいます。

◇対象: 幼児から大人まで

◇日時: 第1(日)、第2・第4(土)  
14時～16時

◇会場: 第6会議室

(カムカムオリジナルキャラクター)



### 2月 学校園の行事予定

中学校 	2日	入学説明会
	10日	私立高校入試
	16日	公立高校2月選抜入試
	18日	教育相談 (～24日)
	25日	学年末考査 (～27日)
小学校 	4日	3～6年 14:15下校
	6日	小学校入学説明会 9:00～
	13日	登下校指導
	18日	授業参観② 3～6年 14:15下校
幼稚園 	3日	節分のつどい
	17日	表現発表会
	20日	お話し会
	24日	ようちえんで遊ぼうDAY
	27日	誕生会