

やすむろ 東
3月の講座ご案内



E-mail : yasumurh@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

教養講座	3月 8日(日) 13時~15時15分	文化発表会 (舞台発表)	安室東公民館
地域講座	3月12日(木) 10時~12時半	もと料亭女将が作る 腸活麴料理Ⅲ	料理研究家 白倉 理恵 先生
	3月13日(金) 10時~11時半	飾磨津の歴史と 姫路藩御船手組	歴史研究家 中川 秀昭 先生
	3月20日(金) 10時~12時半	季節料理	管理栄養士 山本 ひとみ 先生

安室東公民館文化発表会(舞台) 3月8日(日) 13:00~15:15



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

令和7年度の安室東公民館文化発表会を、上記の日程で開催します。講師の熱心なご指導のもと、講座生が日頃、学習した成果を披露いたします。皆様お誘いあわせの上、ご来館くださいますようお願い申し上げます。

3/12 今回のテーマはニンニク麴。市販のニンニクチューブは、便利だけど添加物や匂いが気になる、そんな方へ。手作りのニンニク麴は、香りがやさしい、コクと旨味が段違い、洋風にも使える万能調味料です。
※材料費1,000円、定員12名 (2月12日から受付開始したところ、定員に達したので締め切りました。)

3/13 古くは万葉集にも謳われ、古代から潮待ち、風待ちの港、そして、姫路の海の玄関として栄えた飾磨津。この港に関ヶ原の戦いのあと、姫路に入封した池田輝政は、入江に向島を建設、対西国防衛ラインの一環として、「姫路藩御船手組」という大水軍を新たに設けました。総勢約200人、士分に取り立て姫路藩主が国替えになっても、そのまま新藩主に仕える『城付き』の特例が認められ、海防や海事に従事しました。そこでまず、飾磨津発展の歴史を辿るとともに江戸時代、飾磨津を本拠に活躍した「姫路藩御船手組」をご紹介します。(中川秀昭)

3/20 春は何かとイベントの多い季節。おいしく華やかな春を感じるレシピを山本ひとみ先生にご紹介いただきます。メニューは、鮭のホイル焼き、れんこん蒸し、さつまいもの緑酢かけ、ほうれん草のり和え、チーズまんじゅう。
※材料費700円、定員12名、2月20日から受付を開始しています。

自習室(空き会議室・図書コーナー)※9時~12時、13時~17時
土、日、祝、春休み(引き続き利用していただけます)

4月の講座予定

4月19日(日)	ゴスペル~ハピクル~ライブ 西播磨地区を中心に活動しているゴスペルグループ ゴスペルの他に、カーペンターズ、ビートルズの おなじみの曲をお届けします♪ ※3月19日受付開始(電話か窓口で)※定員30名
4月23日(木)	「腰と姿勢」のお話 大室整形外科 理学療法士 ※3月24日受付開始(電話か窓口で)※定員25名
4月24日(金)	秀吉の弟 豊臣秀長の生涯 I 中川 秀昭 先生

3月 学校園の行事予定

中学校	12日 3月選抜入試 13日 3年生を送る会 17日 卒業証書授与式 24日 修了式 25日 春季休業開始
小学校	13日 6年生ありがとうの会 16日 町別児童会 町別下校 18日 給食終了 大掃除 19日 卒業式準備 23日 卒業式 1~4年自宅学習 24日 終業式 11:30下校
幼稚園	3日 ひな祭り会 5日 お別れ会・誕生会 6日 お別れ遠足(姫路セントラルパーク) 19日 修了証書授与式 23日 3学期終業式

	教 養 講 座	歴 史 教 室	い き い き 教 室	ふ れ あ い 教 室
4月	19日(日) 10時 スプリングコンサート ハピクル(ゴスペルグループ)	24日(金) 10時 秀吉の弟 豊臣秀長の生涯 I 中川 秀昭	23日(木) 10時 腰と姿勢 大室整形外科 理学療法士	
5月	22日(金) 10時 姿勢と健康 松本 義雄	15日(金) 10時 秀吉の弟 豊臣秀長の生涯 II 中川 秀昭	8日(金) 10時 季節料理 山本 ひとみ	21日(木) 10時 コーヒー講座 橋本 知子
6月	27日(土) 10時 ～歌とおはなしでつづる～ 心とからだのハーモニー 大西 由香里	26日(金) 10時 大和大納言 豊臣秀長と 大和郡山 中川 秀昭	25日(木) 10時 麴料理 白倉 理恵	17日(水) 10時 人生が変わる 呼吸法レッスン 田藤 みき
7月	12日(日) 10時 ウクレレと歌おう 昭和歌謡！ ティーパーティー(ウクレレバンド)	17日(金) 10時 学びなおし 日本の歴史 ～写真を使ってゆっくりと～ 原始 I 高桑 由雅	31日(金) 10時 パン作り教室 柳内 千恵美	18日(土) 10時 竹とうろう作り 遠藤 治三郎
				22日(水) 10時 親子料理教室 キャロッピー
8月	9日(日) 13時半 沖縄フェスティバル 三線サークル他	21日(金) 10時 学びなおし 日本の歴史 ～写真を使ってゆっくりと～ 原始 II 高桑 由雅	2日(日) 9時 安室東総踊りを踊ろう 校区婦人連絡会	7月26日(日) 10時 夏休み造形教室 高見 明子
				4日(火) 10時 夏休み教絵画室 西谷 純子
9月	日() 時 ミニコンサート 安室中学校	18日(金) 10時 学びなおし 日本の歴史 ～写真を使ってゆっくりと～ 原始 III 高桑 由雅	19日(土) 10時 子どもから大人まで みんなで体軸トレーニング 三島 良子	10日(木) 10時20分 わらべ歌で遊ぼう 高田 智子
	11日(金) 10時 朗読会 朗読ボランティアサークル「さえざり」			

※ 上の計画は、いろいろな都合で変更することがありますが、ご了解ください。

実施一ヶ月前には、公民館だよりで確かな予定をお知らせします。

※ は、申し込みが必要です。実施一ヶ月前ごろから受け付けます。

※ 親子ふれあい教室の「わらべうたで遊ぼう」は安室東幼稚園で行います。