

水上公民館だより



ホームページ

姫路市増位新町2丁目12（花の北市民広場内）
☎/📠 079-224-2830 休館日 月曜日・年末年始

No.177

令和7年12月号



12月の予定 《教養講座》《地域講座》の、参加は無料です。

【健康づくり教室】

「ストレッチ体操で健康づくり」

12月 5日（金）13：30～15：00・展示室 講師：柴田 百代氏

ストレッチ体操は、疲労蓄積を防ぎ血流を改善する作用があり手足が温まり又、リラックス効果期待できます。会場の都合で申込先着25名様とさせていただきます。（用意：上靴・敷物など）

お問い合わせ、お申し込みは☎224-2830 水上公民館まで



【子育て支援】

「なかよしランド」

12月11日（木）10：00～12：00・中ホール 講師：姫路市移動児童センター職員

首すわりから小学校に入学するまでのお子さんが対象です。

おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべ歌、シアター「あわてんぼうサンタクロース」の予定



【歴史教室】

「郷土の歴史講座」 第4話

12月16日（火）13：30～15：00・第5会議室 講師：姫路城下町ギルド主宰 芳賀一也氏

今年最後の講座は、播磨の風土記と、来年のNHK大河ドラマ『豊臣兄弟！』を取り上げます。

ドラマ視聴の予習として、ドラマでは絶対見られない、面白い歴史の裏話が聞けるかも。

お問い合わせ、お申し込みは☎224-2830 水上公民館まで



【デジタル教室】

「スマホサロン」

12月16日（火）13：30～15：30・第3会議室 講師：姫路市・高齢者支援課専任講師

少人数でグループごとに分かれて、対面式にスマホの相談ができます。

申し込みは先着20名で、定員になり次第締め切りさせていただきます。

お問い合わせ、お申し込みは☎224-2830 水上公民館まで



【世代間交流教室】

「童謡・唱歌」

12月19日（金）13：30～15：00・音楽室 講師：初田 三貴氏

懐かしい童謡・唱歌を歌おう。歌う前には、発声につながる呼吸法と簡単な体操を行い楽しく歌えますよ。

お問い合わせ、お申し込みは☎224-2830 水上公民館まで



【子育て支援】

「はいはいランド」

12月23日（火）14：00～15：00・小ホール 姫路市移動児童センター職員

首すわりから歩きはじめの子供とその保護者が対象です。親子ふれあい遊びや手遊びわらべうた遊び、そして、シアター「赤鼻のトナカイ」を予定



1月の予定《教養講座》《地域講座》の、参加は無料です。

月 日	テーマ	講 師
1月 8日（木） 13：30～	なかよしランド	姫路市移動児童センター職員
1月 9日（金） 13：30～	ストレッチ体操	講師：柴田百代氏
1月16日（金） 13：30～	童謡・唱歌	講師：初田三貴氏
1月21日（水） 13：30～	姿勢と健康	講師：松本義雄氏
1月22日（木） 10：00～	手話ソング	講師：手話サークルしらさぎ

2025 みずかみふれあいフェスティバル



今年、3回目を迎えた『みずかみふれあいフェスティバル』に参加させていただきました。出演者の皆様並びに観覧される皆様が多く来館されました。水上公民館は、文化講座の作品展示（色えんぴつ画）・舞台演技（フラダンス2団体）を披露させていただきました。フラダンスは、ハワイの文化や伝統、儀式などの場で楽しまれ歴史を伝える役割やコミュニケーションツールとして大切にされている踊りです。壇上の踊り手の手や体の動き一つ一つが観覧されている方々を魅了させていました。一方、作品展示では、色えんぴつ画の作品「絵ハガキ」（花や野鳥のモチーフ）を無料でプレゼントされ大変喜ばれていました。限られた時間の中でしたが、多くの皆様が水上小学校体育館に足を運ばれ大盛況でした。ありがとうございました。

