

令和8年度（2026年度） 姫路市立公民館 教養講座・地域講座 一覧

【姫路市立 水上 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		色鉛筆画教室		ふれあい教室		手話教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		思考力や感情表現を育てる	小学校・中学校・高校生	地域住民のふれあいで歌ったり体操したりふれあいの輪を広げる	一般	脳トレーニング	一般
内 容	内 容		内 容		内 容		
4	スマホ講座（入門編）			水上サロン		手話・手話ソング	
5	スマホ講座（入門編） まち探検			水上サロン		手話・手話ソング	
6	スマホ講座（基礎編） 介護（フレイル予防）	子供木工教室		水上サロン		手話・手話ソング	
7	スマホ講座（基礎編）	色えんぴつ画（2回）		水上サロン		手話・手話ソング	
8	消防訓練	色えんぴつ画（4回）		水上サロン ウクレレを聞く			
9	スマホ講座（応用編）			水上サロン		手話・手話ソング	
10	スマホ講座（応用編） 水上校区連合防災訓練			水上サロン		手話・手話ソング	
11	人権教室 スマホサロン	子供木工教室		水上サロン		手話・手話ソング	
12	スマホサロン	色えんぴつ画（1回）		水上サロン			
1				水上サロン		手話・手話ソング	
2	消防訓練			水上サロン		手話・手話ソング	
3				水上サロン		手話・手話ソング	

令和8年度（2026年度） 姫路市立公民館 教養講座・地域講座 一覧

【姫路市立 水上 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		学習教室		子育て支援教室		健康教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		星座観察、郷土の歴史や家庭菜園などを学習する	全般	子育て支援	幼児と保護者	いつまでも元気のための健康づくり	一般成人
内 容		内 容		内 容		内 容	
4		夏野菜の準備と防虫対策		なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操 健康教室（膝痛予防）	
5		花北観望会 初夏の草花の育て方		なかよしランド		ストレッチ体操	
6				なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操	
7		秋・冬野菜の準備と防虫対策 備長炭で電池の製作		なかよしランド		ストレッチ体操 姿勢と健康	
8		花北観望会 手作りモーター・発電機の製作		なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操	
9		郷土の歴史（播磨風土記）		なかよしランド		ストレッチ体操	
10	介護（終活）	郷土の歴史（播磨風土記）		なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操 健康教室（腰痛予防）	
11		郷土の歴史（播磨風土記）		なかよしランド		ストレッチ体操	
12		郷土の歴史（播磨風土記） 花北観望会		なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操	
1				なかよしランド		ストレッチ体操 姿勢と健康	
2		花北観望会		なかよしランド はいはいランド		ストレッチ体操	
3				なかよしランド		ストレッチ体操	

令和8年度（2026年度） 姫路市立公民館 教養講座・地域講座 一覧

【姫路市立 水上 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		世代間交流教室		教室		教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		高齢者相互の交流	高齢者と一般				
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		童謡・唱歌を歌おう					
5		童謡・唱歌を歌おう					
6		童謡・唱歌を歌おう					
7		童謡・唱歌を歌おう					
8							
9		童謡・唱歌を歌おう					
10		童謡・唱歌を歌おう					
11		童謡・唱歌を歌おう					
12		童謡・唱歌を歌おう					
1		童謡・唱歌を歌おう					
2		童謡・唱歌を歌おう					
3		童謡・唱歌を歌おう					