

ほっとふれあい館



題字 菅原愛子氏

2025. 8月号

TEL, FAX, 079-238-6815 休館日は月曜日 姫路市広畑区本町1丁目53



昔の夏 今の夏



「8月」と聞くと恐ろしさを感じるようになってきました。中学生が日傘をさして登校している姿をよく見かけます。子どもたちに「子どもは外で遊べ!」とは言えない昨今です。「夏だ! 元気だ! パワー全開!!」は、一昔前のこと。現在は、「熱中症に気を付けて、クーラーつけて涼しい部屋で過ごしましょう!」ですね。

そこで、涼しい公民館を利用して、趣味の会に参加したり、図書コーナーで読書や調べものをしたりするのもいい過ごし方だと思います。

涼しい部屋で体操を

公民館では、毎月、第一土曜日に「元気長生き体操」を行っています。講師の草野先生が、「涼しい部屋で運動して軽く汗をかくことは大切です」と言われます。

呼吸を大切にしながら1時間30分ほどの体操で心拍数が上げ、じっとりと汗をかく運動を行います。

人気の講座で、少しずつ人数が増えています。

どなたでも参加できるので、一度いい汗かきましょう



クラフトバンド講座

8月から第一、第三火曜日、13時からクラフトバンドを使ってバッグやカゴを作るクラフトバンド講座を行います。自分が作りたい作品が作れます。とても素敵な作品が出来上がります。

ご希望の方は、ほっとふれあい館まで。申し込んでください。

※先着10人まで

※材料費：作品によってかわります

♪ほっとふれあい日租♪

No. 61 作・絵 みぞぐち リカ



講座予定

| 月 | 講座 | 日時 | 講座名 | 講師名(敬称略) | 備考 |
|---|------|-------------------|----------------------|----------|------|
| 8 | 地域講座 | 2日(土) 10:00~ | 元気長生き体操 | 草野 明治 | 自由参加 |
| | 地域講座 | 5日(火) 13:00~ | クラフトバンド講座 | 峰 奈美 | 事前申込 |
| | 地域講座 | 7日(木) 9:30~ | 英語で遊ぼう | 桶谷 直子 | 事前申込 |
| | 地域講座 | 19日(火) 13:00~ | クラフトバンド講座 | 峰 奈美 | 事前申込 |
| | 地域講座 | 21日(木) 10:00~ | 歌声ほっとサウンド | 森下 玲子 | 登録会員 |
| | 地域講座 | 1-3週(金) 13:00~ | パソコン教室 | 高濱 邦正 | 登録会員 |
| 月 | 講座 | 日時 | 講座名 | 講師名(敬称略) | 備考 |
| 9 | 教養講座 | 7日(日) 10:30~ | スマホの使い方 | 溝口 理賀 | 自由参加 |
| | 教養講座 | 14日(日) 10:00~ | “わたしはどう生きる” | 黒津 美津子 | 自由参加 |
| | 地域講座 | 2日(火) 13:00~ | クラフトバンド講座 | 峰 奈美 | 事前申込 |
| | 地域講座 | 6日(土) 10:00~ | 元気長生き体操 | 草野 明治 | 自由参加 |
| | 地域講座 | 11日(木) 10:00~ | 歌声ほっとサウンド | 森下 玲子 | 登録会員 |
| | 地域講座 | 16日(火) 10:00~ | 自力整体 | 松本 智美 | 登録会員 |
| | 地域講座 | 16日(火) 13:00~ | クラフトバンド講座 | 峰 奈美 | 事前申込 |
| | 地域講座 | 21日(日) 10:00~ | 広畑キッズクラブ (川の生き物話) | 姫路市立水族館 | 登録会員 |
| | 地域講座 | 1-3週(金) 13:00~ | パソコン教室 | 高濱 邦正 | 登録会員 |

夏休み中の自主学習に

土曜日や日曜日に公民館の図書コーナーを活用して、中学生・高校生が自主学習する姿をよく見かけるよになりました。

涼しい部屋で集中して学習しています。その姿に思わず

『がんばりや!』

と心の中で応援してしまいます。

特に3年生にとっては、追い込みの貴重な時間でしょうね。

公民館を活用してください



がんばれ、中学生・高校生!

蛸田地蔵盆

広畑小学校の東の方に、蛸田地蔵があります。

江戸時代、広畑の沖合で漁師が引き上げた石の地蔵を、庄屋が蛸田という場所にまつたそうです。その当時、悪病が流行していたので、43歳男子一同がお祈りをしたところ、全員元気になったそうです。以降、毎年8月23日、地蔵盆で43歳男子による奉納が行われています。

是非お越しく下さい

楽しいイベントがあります

日時：令和7年8月23日(土)

16時~19時頃