

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 増位 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		子ども教室		子どもクッキング教室		子育て支援教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		子どもたちにいろいろな遊びや体験をさせる	主に小学生	お菓子作りを通じて料理の楽しさを学ぶ	小学生	親子のふれあい遊びや手遊び、わらべうたなどを通じて子育てを支援する	就学前の幼児と保護者
内 容		内 容		内 容			
4	郷土史講座（4/24） 「ふるさと歴史散歩」①	わらべ茶の湯（4/25）		お菓子作り（4/11）		なかよしランド（4/16）	
5	郷土史講座（5/15） 「ふるさと歴史散歩」②			お菓子作り（5/9）		なかよしランド（5/21）	
6	サンデーナイトコンサート（6/12）	ミニ生け花（6/27）		お菓子作り（6/13）		なかよしランド（6/18）	
7		わんぱくランド（7/25）		お菓子作り（7/11）		なかよしランド（7/16）	
8		読書感想文書き方講座（8/2）		お菓子作り（8/1）		なかよしランド（8/20）	
9	防災出前講座（9/6）	わらべ茶の湯（9/26）		お菓子作り（9/5）		なかよしランド（9/17）	
10	高齢者支援について（10/23）			お菓子作り（10/10）		なかよしランド（10/15）	
11	じろりんコンサート（11/20）	消しゴムはんこ（11/28）		お菓子作り（11/14）		なかよしランド（11/19）	
12	サンデーナイトコンサート（12/25）	ミニ生け花（12/5） 折り紙遊び（12/6）		お菓子作り（12/12）		なかよしランド（12/17）	
1	朗読イベント（1/17） 音とことばの演奏会	わらべ茶の湯（1/23）		お菓子作り（1/9）		なかよしランド（1/21）	
2				お菓子作り（2/13）		なかよしランド（2/18）	
3		ミニ生け花（3/27）		お菓子作り（3/13）		なかよしランド（3/18）	

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 増位 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		生活楽学教室		折り紙教室		やり直し英会話教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		心豊かな人生の過ごし方を学ぶ	一般成人	折り紙の魅力を気軽に楽しむ	一般成人	初歩的な英会話を学び直す	一般成人
内 容		内 容		内 容		内 容	
4				季節の折り紙を折る（4/18）		初歩的な英会話を学ぶ（4/12・26）	
5	懐かしの歌で健康講座（5/22）	和菓子作りを楽しむ（5/23）		季節の折り紙を折る（5/16）		初歩的な英会話を学ぶ（5/10・31）	
6	高齢者スマホ教室（6/26）			季節の折り紙を折る（6/20）		初歩的な英会話を学ぶ（6/14・28）	
7				季節の折り紙を折る（7/18）		初歩的な英会話を学ぶ（7/12・26）	
8		和菓子作りを楽しむ（8/22）		季節の折り紙を折る（8/15）		初歩的な英会話を学ぶ（8/9・30）	
9				季節の折り紙を折る（9/19）		初歩的な英会話を学ぶ（9/13・27）	
10				季節の折り紙を折る（10/17）			
11	懐かしの歌で健康講座（11/27）	伝筆を楽しむ（11/7） 和菓子作りを楽しむ（11/28）		季節の折り紙を折る（11/21）			
12				季節の折り紙を折る（12/19）			
1	聞えにくさについて（1/22）			季節の折り紙を折る（1/16）			
2		和菓子作りを楽しむ（2/27）		季節の折り紙を折る（2/20）			
3				季節の折り紙を折る（3/20）			

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 増位 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		百歳体操教室		健康づくり教室		教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		筋肉を鍛え、バランス能力を身につけ、日常動作を楽に行えるようにする。	高齢者	いつまでも元気で暮らすための健康づくりを行う	一般成人		
内 容		内 容		内 容			
4		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（4/22）			
5	高齢者支援について（5/29）	百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（5/27）			
6		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（6/24）			
7		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（7/22）			
8		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（8/26）			
9		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（9/30）			
10		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（10/28）			
11		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（11/25）			
12		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（12/23）			
1		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（1/27）			
2		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（2/24）			
3		百歳体操（毎週火曜日）		ストレッチ体操（3/24）			