

増位公民館だより

No.180 令和8年4月号

姫路市白国1丁目1番16号

TEL・FAX 079-284-3550

休館日 月曜日、年末年始

公民館では令和8年度の講座が始まります。文化的技能や生きがいにつながる趣味を深める講座として13の文化講座があり、既に多くの方が受講しておられます。この機会に何か始めてみませんか。内容や日時は公民館へお尋ねください。

文化講座一覧

	講座名	開設日時		講座名	開設日時
1	中高年らくらく3B体操	1・3(火)午後	8	民謡	2・3・4(木)午後
2	太極拳	2・4(火)午前	9	三味線	2・3・4(木)午後
3	絵手紙	1・3(水)午前	10	フラダンス	1・3(金)午前
4	日本民踊・舞踊	1・3(水)午後	11	フラダンス	2・4(金)午前
5	社交ダンス	1・3(水)午後	12	パソコン(所・中級)	2・4(金)午後
6	ウクレレ	2・4(水)午後	13	伝筆	4(土)午後
7	パソコン中級	2・4(木)午前			

4月の講座案内

◎郷土史講座「秀吉・秀長と姫路 -天下一統の時代-」

- ・日時 4月24日(金)午後1時30分~3時
- ・講師 埴岡 真弓先生(郷土史家) ・参加費無料
- ・内容 秀吉も秀長も戦国激動の時代に姫路城主でした。どんなお話が聞けるか楽しみです。
- ・当日参加で結構ですが、資料準備の都合がありますのでなるべく事前にお申込みください。



◎やい直し英会話教室

昨年の夏に開講した英会話教室を、リニューアルオープンします。前回参加された方はぜひもう一度、参加されなかった方は新たに始めてみませんか。初歩からの英会話を学びます。(9月まで隔週日曜日、月2回開催予定)

- ・初回日時 4月12日(日) 午前10時~11時
- ・講師 笠原 尚美先生 ・参加費無料 ・定員20名(締め切り3月29日)



4月の地域講座のお知らせ

百歳体操

日時：4月7日、21日 午前10時~
14日、28日 午後1時30分~
指導：松井さん
内容：続けることでバランス能力が付き、階段の上がり下がりや立ちすわりの動作が楽に行えるようになります。



移動児童センター なかよしランド

日時：4月16日(木)
午前10時~12時
対象：小学校就学前の幼児と保護者
講師：移動児童センター職員
内容：おもちゃでの自由遊び、体操や手遊び、季節のわらべうた遊び、ミニシアターなど



折り紙教室

日時：4月18日(土)
午前10時～11時30分
講師：玉田 里美さん(日本折り紙協会講師)
内容：季節にあった折り紙をおります。
材料費：100円



健康づくり教室

ストレッチ体操で健康づくり

日時：4月22日(水)
午後1時30分～3時
講師：柴田 百代さん
(あい・B・Cストレッチ代表)
募集定員：20名(先着順)
用意：上靴、敷物(バスタオル可)



子ども教室 わらべ茶の湯

日時：4月25日(土) 午前10時～11時30分
講師：梶 充恵先生(表千家茶道講師) 対象：小学生 募集定員：12名(先着順)
締切り：4月21日(火) 材料費：300円(申込み時にいただきます)
内容：和菓子をいただいて茶の湯を楽しむ。

4月の「子供クッキング教室」は11日(土)午前9時30分～12時30分です。

4月の増位地区各種事業のご案内

社協増位支部「ふれあい給食」

☆4月のふれあい給食は、6日(月)です。
※給食は、午前11時30分までに登録者宅へお届けします。150円と引き換えにお受け取りください。

白国公会堂「百歳体操」

主催：白国老人クラブ
指導：松岡会長
日時：毎週木曜日
午前10時～



社協増位支部「ふれあいサロン」

お持ち帰り形式で行います。校区内の方は、どなたでも参加できます。参加費は100円です。数量に限りがありますので、無くなり次第終了します。

囲碁ボールサロン 4月 3日(金) 白国公会堂
囲碁ボールブチサロン 4月 8日(水)、17日(金)、22日(水)
いきいきサロン 4月16日(木) 白国公会堂
増位新町・本町サロン 4月17日(金) 野里マツヨリ集会室
白国サロン 4月27日(月) 白国公会堂

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

※校区外の方は、参加をご遠慮ください。



★社協増位支部・子育て支援「ますいっこ」

日時：4月2日(木) 午前10時～ 場所：増位公民館 2階会議室
“ますいっこ”8年度は4月2日、6月4日、8月6日、10月1日、
12月3日、2月4日に開催予定です。

