

増位公民館だより

No.181 令和8年6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

もう6月になってしまいました。今年も早くから暖かい日が多く、すぐ暑くなるのかと思っていたらいつまでも肌寒い日が続いています。体調管理には十分注意しましょう。

6月の第1週は、「トライやるウィーク」の活動で増位中学校から2名来てくれます。見かけたら声をかけて応援してあげてください。



○6月の教養講座

サンデーナイトコンサート



日時：6月12日(金) 午後1時30分～3時

場所：2階会議室

男性デュオ『サンデーナイト』による、ムード歌謡とラテン音楽。梅雨のジメジメを忘れ、楽しい午後のひと時を、一緒に楽しんでみませんか。

参加費無料です。

予告 1月の教養講座のお知らせ

高齢者スマホ教室を、行います。

日時：7月3日(金) 午後1時30分～3時

講師：姫路市役所高齢者支援課から指導に来られます。

スマートフォンで、分からない事や、やってみたい事等、何でも何度でも相談できます。

この機会に、スマートフォンの「？」を解決しませんか。ご自身のスマートフォンを使い、講師がゆっくり丁寧に説明してくれます。「困りごと」たくさん見つけて来てください。

参加費無料ですが、事前の申し込みが必要です。 締め切り：6月30日(火)



6月の地域講座のお知らせ



百歳体操

日時：6月2日、16日、30日 午前10時～
9日、23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座りなどの動作が楽に行えるようになります。





<p>移動児童センター なかよしランド 日時：6月18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</p> 	<p>折り紙教室 日時：6月20日(土) 午前10時～11時半 講師：玉田 里美さん 内容：季節にあった折り紙をおります。 材料費：100円</p> 
<p>健康づくり教室 ストレッチ体操で健康づくり 日時：6月24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)</p> 	<p>子ども教室 ミニ生け花。 日時：6月27日(土)午前10時～12時 講師：未生御流華道講師 梶 充恵さん 対象：小学生 募集定員：12名(先着順) 材料費：500円(申し込み時にいただきます) 締切り：6月24日(水) 内容：かわいい季節の花を生けます。</p>

6月の「やい直し英会話講座」は14日(日)・28日(日)午前10時～11時です

6月の子どもクッキングは、13日(土)午前9時半～12時半です。

6月の増位地区各種事業のご案内

<p>社協増位支部“ふれあい給食” ☆6月のふれあい給食は、1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。</p>	<p>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～</p> 															
<p>社協増位支部“ふれあいサロン” 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。</p> <table border="0"> <tr> <td>囲碁ボールサロン</td> <td>6月 5日(金)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> <tr> <td>囲碁ボールプチサロン</td> <td>6月10日(水)、19日(金)、24日(金)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>いきいきサロン</td> <td>6月18日(木)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> <tr> <td>増位新町・本町サロン</td> <td>6月19日(金)</td> <td>野里マツヨリ集会室</td> </tr> <tr> <td>白国サロン</td> <td>6月22日(月)</td> <td>白国公会堂</td> </tr> </table> <p>※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。</p> <p>社協増位支部“子育て支援”ますいっこ 日時：6月4日(木)午前10時～ 場所：増位公民館 2階会議室 一人ひとりの『やてみたい』を大切に、「新聞紙遊び」をします。</p> 		囲碁ボールサロン	6月 5日(金)	白国公会堂	囲碁ボールプチサロン	6月10日(水)、19日(金)、24日(金)		いきいきサロン	6月18日(木)	白国公会堂	増位新町・本町サロン	6月19日(金)	野里マツヨリ集会室	白国サロン	6月22日(月)	白国公会堂
囲碁ボールサロン	6月 5日(金)	白国公会堂														
囲碁ボールプチサロン	6月10日(水)、19日(金)、24日(金)															
いきいきサロン	6月18日(木)	白国公会堂														
増位新町・本町サロン	6月19日(金)	野里マツヨリ集会室														
白国サロン	6月22日(月)	白国公会堂														