



公民館だより

『てがら』 5月号

姫路市立手柄公民館
〒670-0966 姫路市延末149-1
TEL 079-289-1043
開館時間 9時～17時
休館日 毎週月曜日

手柄公民館 講座のお知らせ

連鶴体験教室（無料）の開催
5月28日（水）10：30～研修室
事前の申し込みを公民館までお
願います。



「連鶴（れんづる・れんかく）」は、1枚の紙からたくさんの鶴をつなげて折りあげる独特の鶴であり、200年以上前から伝承されています。気軽に体験してみてください。

男の料理教室の開催

年間5回の開催を予定しています。3月を除き奇数月に実施。第1回は5月27日（火）です。残りは第1火曜日に実施します。詳細はたよりでお知らせします。5月のメニューを豚汁としていましたが、豚丼他に訂正します。申し訳ありませんでした。

高齢者健康講座

山陽地域包括支援センターによる介護と福祉の専門的な話を計画しています。ご家族の事で困りの方、老後が不安な方、ぜひ参加を！個別相談にも応じます。

10月・2月に開催予定

健康講座

6月12日（木）10：00～
大室整形外科 恒藤慎也理学療法士による健康講座。

体の痛みやリハビリの話を講義してもらいます。年3回開催予定。ためになる人気の講座です！

次回予定 8/28 11/20

※ 手柄地区連合自治会からのお知らせ

氏 名	連合地区役職	自治会
柳 川 芳 廣	連合自治会長	亀山自治会長
森 茂 樹	連合副会長	延末自治会長
西谷 康 男	連合副会長	安田四丁目自治会長
山 脇 敏 伸	連合副会長	飯田自治会長
濱田 実	連合役員	栗山町自治会長
陣内 薫	連合役員	安田自治会長
井上 裕 二	連合役員	西延末自治会長
澤田 拓 資	連合役員	手柄自治会長
金澤 浩 良	連合役員（新任）	東延末自治会長

「ひめじ防災マイスターによる
地域防災への取り組み」

6月1日（日）10：00～ 姫路市立手柄公民館
いざという時の備えに、防災力を高めるための基本的防災知識やスキルを学ぶ教室を連合自治会と共同開催。防災マスターである加集前消防団長をリーダーとして、町別のグループでマイスターの指導のもと、避難所運営の図上訓練などに取り組みます。

山陽中「トライやる・ウィーク」の受け入れ

6/3（火）～6/6（金） 姫路市立手柄公民館
2年生が学校を離れ、地域に出かけて活動します。公民館では地域の皆さんと一緒に講座を体験します。

学校園・各種団体・協議会代表

山陽中学校長	三浦 洋	連合子供会長	井上温子
手柄小学校長	太田 太	民生児童委員	前海聖明
手柄幼稚園長	改発光恵	防犯協会	梅木百樹
社協手柄支部	高澤龍一	地域ふれあい	瓶野 薫
消防団	本庄 理	市少年補導委員	大島 裕
スポーツ21	鎌谷 精	手柄小PTA会長	西田快人
生涯クラブ	笹岡俊雄	山陽中PTA副会長	山本三千代
交通安全	平田耕三		

第117回 尚歯会の開催について

日時 5月11日（日）9：00～

場所 手柄小学校体育館

尚歯会は、明治42年（1909）当時の北野安次校長先生が手柄村村長飯塚六朗氏の協力のもと、児童の高齢者への尊敬の念を養成するために創始され、今年で117回を迎えました。手柄幼稚園児、手柄小学生からの心温まるメッセージや演奏・演技で長寿を祝っていただいた後、各町からの出演者による舞台発表が予定されています。詳しいことは各町の自治会にお問い合わせください。

〈連合自治会事業計画予定4月～9月〉

4/29（月） 船場川草刈り・清掃
5/11（日） 第117回 尚歯会
6/ 上旬 山陽中学校愛護育成会総会
6/15（日） 社会福祉協議会手柄支部総会
6/ 下旬 校区人権町別学習会事前研修会
7/ 中旬 校区人権町別学習会（予定）
8/ 2（土） 校区総踊り大会（予定）
9/23（火） 船場川草刈り・清掃
※ 連合自治会定例会 毎月1回開催
※ 民生児童委員定例会 毎月1回開催
※ 防犯手柄支部定例会議（2か月に1回）
※ 連合子供会定例会 毎月1回開催

5月の講座のお知らせ

『フランス料理』 5/8(木) 10:00~

定員15名
定員になり締め切りました

- ☆ とり肉の煮込み(プロバンサル風)
 - ☆ 季節のサラダ
 - ☆ ブロッコリーのクリームスープ
 - ☆ カスタードプリン ☆ パン
 - ☆ 材料費 1000円以内
- 講師 段林近司 先生

『押し花教室』 5/23(金) 10:00~

定員18名
定員になり締め切りました

- ☆ うさぎの親子
 - ☆ 小鳥のウエルカム
 - ※ 見本は公民館に展示しています
 - ☆ 材料費 1100円
- 講師 池澤善子 先生

『多肉植物』 5/30(金) 13:30~ 「レターミニポットに 多肉の寄せ植え」

定員15名
締め切り日
5/16

- ☆ 材料費 2000円

講師 上田直子 先生

『フラワーアレンジメント』 5/29(木)

定員40名
締め切り日
5/22

～すてきに生けようアレンジメント～

第1部 13:00~

第2部 14:30~

材料費 1800円 ハサミ・袋持参

講師 三木 等 先生

『男の料理』 5/27(火) 10:00~

定員9名
締め切り日
5/16

- ☆ 豚丼 ☆ きゅうりの酢の物

- ☆ みそ汁

※ 持ち物 お米1合

エプロン(要相談) マスク

材料費 1000円以内

講師 岩本貴代美 先生

教養講座

『姿勢の話』 5/25(日) 13:00~

悪い姿勢はさまざまな問題を起こします

- ☆ 私の姿勢は大丈夫? 人生100年時代、健康で過ごすためには正しい姿勢が大切。姿勢科学に基づきわかりやすく話していただきます。当日参加も可としますが、できるだけ申し込んで下さい。

講師 杉本雪子 先生

定員15名程度

6月の講座のお知らせ

『タイ料理』 6/5(木) 10:00~

定員15名
締め切り日
5/25

- ☆ 鶏肉とココナツミルクのスープ
- ☆ ライス
- ☆ 2色のタピオカ団子汁
- ☆ 材料費 1000円以内

講師 泊・ジャンティップ 先生

『グルーデコ教室』 6/6(金) 9:30~

定員16名
締め切り日
5/19

- ☆ ハートのピアス・イヤリング
- ハートのネックレス(シルバーorピンクゴールド) 金額は公民館にお問合せ下さい
- 見本は公民館に展示しています

講師 田中恵子 先生

『アルゼンチン料理』 6/27(金) 10:00~

定員15名
締め切り日
6/10

- ☆ ラビオリ風パスタ
- ☆ ハムとチーズ入りサラダ
- ☆ カリンようかんとチーズ

☆ 材料費 1000円以内

講師 大谷文子 先生

『手柄っ子クッキング』 6/28(土) 10:00~

定員15名
締め切り日
6/18
小学3年生以上

- ☆ タコライス(合いびきミンチと野菜)
- ☆ ミネストローネ
- ☆ バナナカップケーキ

☆ 材料費 500円

講師 いずみ会

『まんまとっと』 10:00~ 2階会議室

5月17日(土)「ルンルンタイム」

いっぴいあそぼう ショコ・モト・ジョージさん

6月21日(土)「楽器で遊ぼう」

リトミック・モンテッソーリ講師 藤岡みよしさん

※ 申し込み不要 参加費は無料です

『おもちゃドクター』 公民館開館時に受付します

壊れたおもちゃの修理(費用は原則無料)

※電池などは確認してください

※修理できない場合もあります。

(ゲーム機、有害玩具、希少価値品他)

公民館でお預かりします。