

# 高浜公民館だより

2025年12月号

〒672-8038 姫路市飾磨区阿成鹿古312  
TEL/FAX 079(235)9456 毎週月曜日 休館

もうクリスマスソングを耳にする頃になりました。今年も公民館活動へのご協力とご理解をいただき、多くの方に足をお運びいただいたことに心から感謝いたします。本当にありがとうございました。

さて、朝夕は一段と寒さを感じるようになり、暑い夏同様、だんだんと家から出にくくなっていきますが、これからの時期こそ公民館へお越し下さい。温かくしてみなさんをお待ちしていま〜す♪

## たかはま クリスマスコンサート 2025

会場 高浜小学校体育館

日時 12月21日(日)

開場 9時30分 開演 10時00分

### プログラム

- 10:00 開会式
- 10:10 高浜マーチングバンド 演奏
- 10:30 飾磨東中学校吹奏楽部 演奏
- 11:00 岡山学芸館高等学校合唱部 合唱
- ハモネプメンバー 合唱
- 11:50 閉会式



午前は高浜小学校体育館でクリスマス♪

## 高浜公民館 ふれあい 講座 マンドリンオーケストラ クリスマスコンサート

会場 高 浜 公 民 館

出演 姫路パルナソス・マンドリンオーケストラ

日時 12月21日(日)

開場 13時00分 開演 13時30分  
定員 60名 申込み 11/21(金)〜

ご家族で楽しめる曲を演奏していただきます♪

演奏曲 ジングルベル他クリスマスメドレー  
アンパンマンのマーチ  
手のひらを太陽に  
異邦人 赤いスイートピー 瀬戸の花嫁  
青い山脈 東京ラブソフィー 他 **全19曲**

午後は高浜公民館でメリークリスマス♪



橋本 桂子

### 箏 曲 新 春 コンサート

- ◇ 日時 : 1月25日(日) 開場13:00 開演 13:30〜
- ◇ 出演 : 橋本桂子 (三絃・箏) 菊佳恵美子 (三絃・箏)
- ◇ 演奏曲 : 猿蟹昔物語 ・ 汽車ごっこ  
エトピリカ(情熱大陸エンディング曲) 他



菊佳 恵美子

### 12・1月の講座と教室のご案内

#### ☆人生が変わる呼吸法レッスン

息の仕方を変えたら  
生き方が変わる

日 時: 12月4日(木)  
13:30~14:30

講師: 田磨みき(呼吸法コーチ)

すこやかセンターで  
大好評!!  
幸せ感を実感できる  
呼吸法♪

- \*先を心配して一歩が踏み出せない方
- \*肩こりが治らない方
- \*免疫力を上げたい方
- \*冷え性や更年期でお悩みの方 等々

#### ☆スマホ講座

スマホで始めよう!  
災害時の備え

日 時: 1月13日(火)  
13:30~14:30

講師: ソフトバンク講師

いつ起こるか  
わからない災害・・・  
その時に  
慌てないように・・・

- \*防災にスマホを役立てよう!
- \*防災/災害時の便利な使い方
- \*もっと便利な使い方(音声アシストのやり方)

## ☆「睡眠と健康」の知恵袋講座

よい睡眠がとれていますか？

ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ！

日 時：1月29日（木）

13：30～14：30

講師：（明治安田生命）

寝具選びのポイント

睡眠をとるための

睡眠環境 等々

## ☆ 歴史教室

明治維新後の姫路

《姫路城開城と廃藩置県》

日 時：1月31日（土）

13：30～15：00

講師：飯塚 敬（歴史研究家）

明治維新後の姫路  
の移り変わり、  
飾磨の変わりよう  
も早かった・・・

|                           |                                |                                                |                     |
|---------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------|---------------------|
| いきいき健康ウォーク<br>目的地「阿保橋～妻鹿」 | 12月5日(金)<br>集合・出発 公民館 9:00     | 指文字&生活手話&手話歌<br>手指に表情、脳トレにもいいですよ♪              | 12月 6・20日(土) 10：00～ |
| いきいき百歳体操                  | 12月2・9・16・23日(火)<br>9：30～10：30 | 将 棋 教 室<br>詰め将棋・対局（子ども～大人）                     | 12月13・27日(土) 13：00～ |
| なかよしランド                   | 12月10日（水）                      | 10：00～ ふれあい遊び・季節のわらべうた<br>シアター「あわてんぼうのサンタクロース」 |                     |
| はいはいランド                   | 12月18日（木）                      | 14：00～ ふれあい遊び・季節のわらべうた・シアター「赤鼻のトナカイ」           |                     |

《子育て支援》社協福祉協議会高浜支部

|         |           |        |            |
|---------|-----------|--------|------------|
| たかはまわかば | 12月25日（木） | 10：00～ | 「クリスマス・工作」 |
|---------|-----------|--------|------------|

☆地域、教養講座の申込みはどれも一か月前からの受付、1回2名までとさせていただきます。高浜公民館（235-9456）

## 高浜の歴史の「通称うす巻」 衣川信良さんの作品



甲山の西側 通称うす巻  
昭和十年頃までは画の様に  
阿成の子供達の水遊びばやった。  
手前下面の画は剥（はぎ）場又は  
砂っぱと呼んだ。又、きれいな花  
が咲いていた。（おばな）  
昔は市川の水が甲山に当たって  
渦を巻いていた。  
山の下には細い道があり、川の上  
に松の木が突き出してその上か  
ら川に飛び込んでいた。  
画 平成二年六月  
七十五才 衣川信良

高浜句会 十一月俳句教室

選者吟  
疵と来し外湯めぐりや冬の月

ひたすらに色の世界や散紅葉  
青空や桜紅葉の白鷺城  
秋まつり老いも若きもよいやさ  
帰り花風に聞かれしひとりごと  
播州の秋の夕焼を背に負うて  
一村で食べ切れぬ程柿実る  
感度良しこがらし捉ふ糸電話  
老い共に日捲り薄し秋走る  
村おこしベンガラ染や秋深む  
行く秋や心に残る師の一句  
菊の香や色とりどりの古き村  
老いてなほ輝きあれと紅もみぢ  
鞍馬山てんぐの鼻に初しぐれ  
里山の枯れゆく様や自然の美  
旅の空止まぬ秋思を堪能す

井上 祐子  
上田 明  
植本 志津子  
浦 みち子  
江藤 かつえ  
大田 久代  
岡本 清子  
片岡 サヨ子  
小坂 雅代  
地見 紀子  
辻 希久代  
丸山 久代  
室田 ひろみ  
望月 久雄  
山下 裕子  
中島 保

## 県民交流広場 ふれあいシアター

涙が、幾度もあふれ出す

たいせつな人を失った

家族をつなぐ 記憶の秘密とは・・・

1月 「花まんま」  
◎日 時：1月4日（日）13：30～

申込多数の場合、1/6（火）に再上映します。

2月 「35年目のラブレター」  
◎日 時：2月1日（日）13：30～

食品の寄付にご協力くださ～い！（フードバンクはりま）くわしくは高浜公民館まで連絡下さい。