

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 高浜 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		歴史教室		料理教室		いきいき健康教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		日本の歴史の出来事やその時代の人々の暮らしに目を向け、社会や文化の成り立ちを理解する。	市民全般 (概ね60歳以上)	食の学びを通じ健康意識と地域交流を高める。	市民全般	無理なく歩き心と体の健康の維持・向上を図り、生活習慣病を予防する。	市民全般
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		「NHK大河ドラマ「豊臣兄弟」の歴史背景①			健康ウォーキング①		
5	生活に取り入れられる運動・ウォーキングの仕方 やさしく楽しいストレッチ体操			麴料理①		健康ウォーキング②	
6	終活と片付け立腰体操 人生が変わる呼吸法レッスン	「NHK大河ドラマ「豊臣兄弟」の歴史背景②		味噌づくり③		健康ウォーキング③	
7	さぎ草の育て方 やさしく学ぶ漢方の話			家事上手教室①			
8	秋冬野菜の育て方						
9	アドラー心理学に学ぶ① 詐欺被害の実態と防止	「NHK大河ドラマ「豊臣兄弟」の歴史背景③		麴料理②		健康ウォーキング④	
10	アドラー心理学の学ぶ② 話し方教室	歴史教室（学びなおし日本の歴史）		家事上手教室②		健康ウォーキング⑤	
11	木版画教室「年賀状」 正月用寄せ植え教室					健康ウォーキング⑥	
12	交通安全教室	歴史教室（学びなおし日本の歴史）		そば作り教室		健康ウォーキング⑦	
1	高浜校区の健康課題と食事のポイント スマホ教室（スマホの詐欺対策）			麴料理③		健康ウォーキング⑧	
2	人権作文発表会 健康講座	歴史教室（学びなおし日本の歴史）				健康ウォーキング⑨	
3						健康ウォーキング⑩	

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 高浜 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		子ども料理教室		子ども創作教室①		子ども創作教室②	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		作って食べて、調理することの楽しさと「できる！」の自信を育てる。	小学生	書く・作る・観る・体験で創造力と生きる力を育てる。	幼児から小学生	書く・作る・観る・体験で創造力と生きる力を育てる。	幼児から小学生
内 容		内 容		内 容			
4		子どもおやつ教室① 子ども和菓子&抹茶教室		子ども映画会			
5	多文化共生講座						
6	バランスボール 「公民館てどんなところ？」	子どもおやつ教室②					
7		アイシングクッキー教室		陶芸教室 電気安全教室			
8				ドローン教室 ロボット教室	わんぱくランド		
9							
10							
11	もち花づくり クリスマスリース作り	子どもおやつ教室③					
12							
1		子どもおやつ教室④		書き初め① 書き初め②			
2		家事上手教室③					
3							

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 高浜 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		幼児教室		三世代教室①		三世代教室②	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		親子のふれあいと交流で乳幼児の健やかな成長を支える。	市内全域の乳幼児の親子	年齢を超えて学びあい、相互理解と尊重の気持ちを持ち世代間交流を図る。	市民全般（子ども～大人）	年齢を超えて学びあい、相互理解と尊重の気持ちを持ち世代間交流を図る。	市民全般（子ども～大人）
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		なかよしランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		スポーツチャンバラ	
5		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		フラワーアレンジメント	
6		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室			
7		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		チリメンモンスター教室 木工クラフト教室	
8				指文字&生活手話&手話歌 将棋教室			
9		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室			
10		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室			
11	高浜校区防災訓練 スマホ教室	なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		スポーツチャンバラ 人形劇	
12		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		フラワーアレンジメント	
1		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		スポーツチャンバラ	
2		なかよしランド はいはいランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室			
3		なかよしランド		指文字&生活手話&手話歌 将棋教室		高浜総合公園クリーン作戦 フラワーアレンジメント	

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 高浜 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座			
		ふれあい教室		教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		懐かしい音楽や演芸、脳トレを通して心と脳を活性化し楽しみながら健康と生きがいを育む。	市民全般 (概ね60歳以上)		
内 容	内 容		内 容		
4					
5					
6		ウクレレと歌おう昭和の名曲			
7					
8					
9		トキメキの歌&脳トレ			
10					
11		振袖講談			
12		トキメキの歌&脳トレ			
1					
2					
3		口笛・篠笛・アメリカンフルートコンサート			