

令和8年

3月号

豊富 公民館だより

姫路市立豊富公民館

姫路市豊富町御蔭 1118

079-264-1477

No. 346



これからの感染症にどう対応すればいいのか 健康な生活の落とし穴と防ぎ方

～感染症とメンタルヘルスから～

関西福祉大学教授 勝田吉彰氏

1月25日、公民館に勝田吉彰氏をお招きし講演会を実施しました。朝から冷たい風が吹き小雪が舞う日曜日となりましたが、各施設や地域の方々37名で会場は満員となりました。

講演では、私たちが健康に生活を送る上で落とし穴となり得る

○目の前の現実を悲観的に見てしまう状況

に陥らないためのものの見方のテクニック

○疲れぎみな状況

から抜け出すためのリラクソのテクニック

○次々に報道される感染症の話題に振り回されないよう

自分の身を守るテクニック

について、具体的な例を挙げながら解説をしていただきました。外務省医務官として、さまざまな感染症に向き合ってきた勝田先生のわかりやすいお話をお聞きし、心身ともに健康に過ごすためにどう過ごせばいいかを、それぞれの立場で考える時間となりました。



2月14日

御蔭一本木遺跡 発掘調査現地説明会

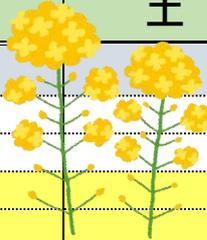


たくさんの方でにぎわった説明会



遺構を見て昔の人々の暮らしを考えます

栗橋と藪田の間、市道予定地で発掘作業が進められている「御蔭一本木遺跡」の第1次発掘調査現地説明会が行われました。2月中旬とは思えない暖かい日差しの中、100人を超える地域の方々や豊富町史研究会のメンバーが参加されました。この遺跡は弥生時代から中世にかけての集落遺跡で、現場からは弥生時代の竪穴建物跡、土器溜り、奈良時代の掘立柱建物跡などが検出されたほか、サヌカイト製の石剣が出土したそうです。6月27日(土)には、豊富公民館でこの発掘調査の追加説明会が埋蔵文化財センターによって行われる予定です。詳細は5月の公民館だよりでお知らせします。

	月	火	水	木	金	土	日	
							1	
午前	休館日	令和8年 3月カレンダー						児童 和菓子とお茶席
午後								
	2	3 	4	5	6	7	8	
午前	休館日	すくすくひろば (臨時)	コーラス	書道 3B 体操				
午後		パソコン 古文書	ヨガ	茶道 太極拳		囲碁	トーンチャイム	
	9	10	11	12	13	14	15	
午前	休館日		コーラス	書道 3B 体操	フラダンス	児童 絵画	休館日 北東ブロック 交流発表会	
午後		絵手紙	老人クラブ ヨガ	茶道	健康体操	囲碁		
	16	17	18	19	20	21	22	
午前	休館日	すくすく広場準備	コーラス	ふれあい給食			陶芸教室	
午後		パソコン 古文書	ふれあい給食準備 ヨガ	書道/3B 体操 茶道 太極拳	健康体操	囲碁 児童 生花	老人クラブ 児童パン・洋菓子 トーンチャイム	
	23	24	25	26 	27	28	29	
午前	休館日	ふれあい喫茶	リーダー会議	すくすくひろば	フラダンス	豊富町史 研究会	陶芸教室	
午後		絵手紙	老人クラブ ヨガ		健康体操 夜 自治会		囲碁	トーンチャイム
	30	31	4/1	2	3	4	5	
午前	休館日		コーラス	書道 3B 体操				
午後			ヨガ	茶道 太極拳				

姫路市立公民館 北東ブロック交流発表会

3月15日(日) 午後1時開演
船津公民館 (船津公園ふれあいの館)
どなたでも入場、観覧できます



姫路市北東部の七つの公民館で活動している教室生の皆さんが一堂に集まり、日ごろの練習の成果を発表します。豊富公民館の今年の代表は「コーラス教室」と「健康体操教室」です。

3月28日(土) 10:00~11:30

はりまのくにの ふ ど き いざな
「播磨国風土記」への誘い

兵庫県立博物館友の会会長 堤 修 氏

豊富町史研究会

参加自由

申し込み不要です
お気軽にご参加ください