

# やぎ公民館だより 3月号

令和 8年 2月25日  
 姫路市立八木公民館  
 姫路市木場1441-32  
 Tel・fax 245-0600



梅の花が咲き、寒さの中ようやく日差しに春の暖かさを感じる頃になりました。卒業式や出会いの新生活が始まり、笑顔でしっかりコミュニケーションをとりましょう。  
 春の花粉病対策は「侵入を防ぐ」「除去する」が基本です。外出時はマスク・眼鏡を着用し、帰宅時には玄関前で花粉を払い落とし、洗顔・うがい・洗眼を徹底しましょう。  
 さあ、3月8日(日)は「落語会」八木公民館寄席を開催します。「笑う門には福来る!」・・・笑いは免疫力向上・記憶力向上で健康効果があり、脳活をしながら楽しい一時を過ごしましょう。多数のご参加をお待ちしております。

なかよしランド	「落語会」八木公民館寄席
月 日 3月5日(木) 時 間 14時~16時 場 所 会議室(2階) 講 師 移動児童センター児童厚生員 内 容 自由遊び・手遊び・おもちゃシアター「はたらくるま」	月 日 3月8日(日) 時 間 10時開演 場 所 会議室(2階) ぷろぐらむ ・笑皆亭 二圓 「大安売り」 ・ペナル亭 キック 「粗忽長屋」 笑いは副作用のないいちばんの薬です
キッズクッキング	ガンバルんば体操
月 日 3月14日(土) 時 間 9時30分~11時30分 場 所 料理実習室 講 師 山本 ひとみ 内 容 ・ちらしずし ・白菜とツナの煮物 ・けんがつ・仔丁ジャムのクッキー	月 日 3月27日(金) 時 間 13時~14時30分 場 所 会議室(2階) 講 師 ガンバルんば体操講師 内 容 100歳まで歩ける身体づくり 受講生大募集!
キッズヨガ参加者募集!	歴史講座のお知らせ
偶数月 第4土曜日(10時~12時) 講師: 生駒 奈央子 身体と呼吸を整える 体幹・姿勢・メンタルを整える 参加費無料	1回目: 5月10日(日) 2回目: 9月13日(日) 3回目: 11月15日(日) 大河ドラマ「豊臣兄弟!」 講師: 歴史研究家 黒田 美江子先生