

たにうち

令和7年10月号

谷内公民館だより NO437

姫路市飾東町八重畑 1032-2 Tel/Fax 262-0261 taniuti@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

▲教養講座 ●地域講座 ☆文化講座

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			☆書道 ☆編み物 ☆ヨーガ① ☆ヨーガ② 第3会議室	☆3B体操 ☆華道 ○なかよし ランド	●いきいき 百歳体操	☆大正琴 ●困りごと 相談13時～ ☆囲碁
5	6	7	8	9	10	11
○オカリナ 教室	休館日	○谷内ふれ あいサロン	☆フラダンス	☆3B体操 ☆茶道	●P・C教室	☆囲碁 ▲人権学習 10:00～ ☆大正琴 ●トールペイ ント
12	13	14	15	16	17	18
☆カラオ ケ教室	スポーツの日 休館日	☆ちぎり絵 ☆絵手紙	☆書道 ☆編み物	☆3B体操 ☆華道	●いきいき 百歳体操 ●スポーツ吹 き矢教室	○ふれあい給 食サービス ☆パン教室 ●どじょっこ 星の観測
19	20	21	22	23	24	25
●うたごえ 広場	休館日	☆リフォーム	☆フラダンス ☆ヨーガ① ☆ヨーガ②	●のびのび っこ ☆茶道 ●介護予防	●P・C教室	☆カラオケ 教室 ☆囲碁
26	27	28	29	30	31	
☆手芸	休館日	☆ちぎり絵 ☆絵手紙	☆コーラス ○ぶらっと カフェ			

10月は《スポーツの秋》秋晴れの中

いろんなスポーツを楽しみましょう！

《収穫の秋》美味しい新米、栗・柿・梨

・みかん等の果物を頂きましょう！

《秋祭り》各地区で繰り広げられる お祭り

練屋台・たる神輿・獅子舞など

あなたも笛や太鼓の音色に寄せられ

お祭りに参加しましょう！



今月の老人会の登園日は10月24日(金)楽寿園です



十月の予定

【教養講座】人権学習 日時 10月11日(土) 10:00~11:00 東畑 先生 参加無料
「高齢者の人権」

【地域講座】困りごと相談 日時 10月4日(土) 13:00~14:30
「家族葬」について 「たのシニア・キッズ」 宮本敏幸 先生 参加無料

パソコン教室「初心者・中級講座①②」日時 10月10日・24日(金) 13:00~15:00
講師 岩本 勲 先生

いきいき百歳体操 10月3日・17日(金) 14:00~15:00 参加無料

スポーツ吹き矢教室 10月17日(金) 15:00~16:00 西口紀夫 先生 参加無料

うたごえ広場 10月19日(日) 10:00~ ギターとハーモニカと歌で綴る懐メロ童謡
フォークソング 参加無料

介護予防 10月23日(木) 10:00~11:30 「病気の予防と健康作り」

- 谷内ふれあいサロン 10月7日(火) 10:00~11:30 公民館第1、第2 会議室
「笑いヨーガ」 小島 恵美 先生
申し込みされた方は 検温 マスクをして公民館にお越しください 参加費 無料
○ ぶらっとカフェ 10月29日(水) 14:40~

ふれあい給食サービス 10月18日(土) 第3土曜日

子育て支援教室

どじょっ子クラブ

◎ なかよしランド1(移動児童センター)

18日(土)

10月2日(木) 10:00~12:00

星の観測

◎ ママズカフェ

☆秋の夜空に土星を観測してみよう

中止します。

西播磨天文台の星のソムリエ

講師 松原 宏樹 先生

◎ のびのびっこ

※ 申し込みは案内状又は公民館まで

23日(木) 10:00~12:00

読み聞かせ、工作、誕生会

(11月のおもな講座予定)

【教養講座法律講座】

法律講座 11月15日(土) 13:30~15:00 黒津美智子先生

【地域講座】

アフタヌーンティー 11月12日(水) 10:00~13:00 調理室及び第1会議室
※詳細は案内状で

谷内ふれあいサロン 11月4日(火) 10:00~11:30 公民館第1、第2 会議室
参加費 無料

防災訓練(谷内連合自治会主催) 11月1日(土) 10:00~11:00 谷内公民館で実施

谷内公民館 舞台発表会のお知らせ

令和7年11月2日(日) 10:00~12:00

≪フラダンス、3B体操、カラオケ、コーラス、ヨーガ≫ ☆お試し出演「オカリナ」

※11月1日(土)13:00~準備

☆☆地域のみなさん! 谷内公民館ではこんなに楽しい文化講座をしています。
お友達をお誘いのうえ見に来てくださいね!