

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 谷内 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		趣味楽習教室		介護予防、困りごと相談教室		吹き矢・歌声広場	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		手芸、トールペイント料理、寄席、音楽などを通じて心と生活を豊かにし仲間を広げる	地域住民	身近なことから解決策を知り、老後の楽しい生活を求める	地域住民	高齢者の生き生きとした自分らしい生活	高齢者
内 容		内 容		内 容		内 容	
4	歴史講座4/4(土) 防災訓練4/18(土)	手品		困りごと相談4/10 介護予防教室4/23		吹き矢教室 うたごえ広場	
5	高齢者健康づくり					吹き矢教室 うたごえ広場	
6	歴史講座6/13(土)	中華料理教室				吹き矢教室 うたごえ広場	
7	スマホ講座 7/30(木)	公民館落語 カレー教室		困りごと相談7/4 介護予防教室7/23		吹き矢教室 うたごえ広場	
8	国際交流講座 8/8(土)	トールペイント 手芸小物づくり				吹き矢教室 うたごえ広場	
9	法律講座9/26(土) 人権学習9/19(土)	夢ひびきコンサート				吹き矢教室 うたごえ広場	
10		笑いヨーガ アフタヌーンティー		困りごと相談10/3 介護予防教室10/22		吹き矢教室 うたごえ広場	
11	地区防災訓練 法律講座11/28(土)	人形作り教室 中華料理教室				吹き矢教室 うたごえ広場	
12		カレー教室				吹き矢教室 うたごえ広場	
1	法律講座1/23(土)			介護予防教室1/28		吹き矢教室 うたごえ広場	
2	国際交流講座	公民館落語				吹き矢教室 うたごえ広場	
3	防災講座					吹き矢教室 うたごえ広場	

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 谷内 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		こども教室（どじょっこクラブ）		子育て支援教室		高齢者いきいき教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		自然の中での体験等、子供料理、お話し会を含め優しい心と思いやり、生きていく力をつける	小学生・園児	子育て支援	乳幼児とその親	健康百歳を目指した筋力の衰え防止対策	高齢者
内 容		内 容		内 容		内 容	
4		お話し会① 12日 こども料理教室（ピザ作り）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
5		お話し会② 10日 こども料理教室（カレー等）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
6		田植えイベント 7or14日		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
7		お話し会③ 12日 子ども料理教室（ジャム作り）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
8		陶芸（小原工房） 9日		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
9		稲刈りイベント 13or21日		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
10		お話し会④ 11日 子ども料理教室（豚汁）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
11		お話し会⑤ 8日 子ども料理教室（お好み焼き）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
12		収穫祭 13日		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
1		お話し会⑥ 14日 麦踏		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
2		お話し会⑦ 11日 子ども料理教室（クリームシチュー）		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	
3		お話し会⑧ 10日 子ども料理教室		ママずカフェ のびのびっこ		いきいき百歳体操 いきいき百歳体操	

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 谷内 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		パソコン教室		趣味楽習教室		教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		パソコンの知識・ 技術の習得	地域住民 パソコン初心者	趣味を通じて 仲間を広げる	地域住民 小・中・高生含む		
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		実務実習 エクセル ワード		トールペイント			
5		実務実習 エクセル ワード		トールペイント			
6		実務実習 デジカメ		トールペイント			
7		実務実習 エクセル ワード		トールペイント			
8				トールペイント			
9		周辺機器を使う		トールペイント			
10		文化展作品作り		トールペイント			
11		年賀状を作る		トールペイント			
12		年賀状を作る		トールペイント			
1				トールペイント			
2				トールペイント			
3		実務実習 年間復習		トールペイント			