

令和7年度（2025年度） 姫路市立公民館 文化講座 開設一覧

【姫路市立 御国野 公民館】 TEL253-1876

NO	講座名(科目)	開設日時		回数 /月
		週・曜日	時 間	
1	やさしいヨガ	第1.3火	13:30～14:30	2
2	太極拳	第2.4火	10:00～12:00	2
3	民謡①	第2.4火	10:00～12:00	2
4	パソコン上級	第2.4火	13:00～14:45	2
5	パソコン中級	第2.4火	15:00～16:45	2
6	JSA	第1水	11:00～12:00	1
7	シニアのピアノ	第1.3水	10:00～11:30	2
8	健康体操	第1.3水	13:00～14:30	2
9	大正琴(琴城流)B	第1.3水	13:00～16:00	2
10	シニアストレッチA	第2.4水	10:00～11:15	2
11	舞踊・新舞踊(鵬扇流)	第2.4水	13:00～16:00	2
12	尺八	第2.4水	13:30～15:30	2
13	アートフラワー	第1.3木	9:00～12:00	2
14	パソコン入門	第1.3木	13:00～14:45	2
15	書道	第1.3木	13:00～15:00	2
16	バランスボール教室	第2.4木	10:00～10:50	2
17	バランスボールママリフレッシュ	第2.4木	11:00～11:50	2
18	茶道(B)午前(裏千家)	第1木	10:00～12:00	1
19	茶道(B)午後(裏千家)	第3木	13:00～15:00	1
20	茶道(A)午前(裏千家)	第3木	10:00～12:00	1
21	茶道(A)午後(裏千家)	第1木	13:00～15:00	1
22	大正琴(琴城流)	第1.3金	10:00～12:00	2
23	3B体操	第1.3金	13:00～15:00	2
24	水彩画・デッサン	第1.3金	13:30～15:30	2
25	椅子を使ったヨガ	第2.4金	9:30～10:30	2
26	民謡②	第2.4金	10:00～12:00	2
27	【料理教室・ペペロンチーノ】	第4土	10:00～13:00	1
28	シニアストレッチB	第1.3土	10:00～11:15	2
29	俳句	第2土	13:30～16:00	1
30	篠笛	第2.4土	10:00～11:30	2
31	ピラティス	第2.4土	13:30～14:30	2
32	ゆるやか蕎麦打ち	第3土	13:00～16:00	1
33	こども書道・硬筆	第1.3.4土	10:00～12:00	3