

公民館だよりみくにの

令和8年6月

集い学ぶ交流広場をめざして



姫路市立 御国野公民館

(月曜日休館)

文責：柴田好文

Tel・Fax(079) 253-1876

e-mail:mikunino@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

住所 姫路市御国野町御着 1142 番地 8

教養・地域講座のご案内(6月)

どなたでも参加できます!! 皆さんにお会いできる事を楽しみにしております(*^_^*)

参加費(材料費等が必要な場合を除き原則無料です)

【グランドゴルフ大会】

2日(火) 8:30~10:30

場所 東出張所横グランド

松本 達幸指導員

小椋 照義指導員

申込み不要

どなたでも参加できます!!

【音楽療法でいきいきと】

7日(日)14:00~15:00

高橋 和美先生

ピアノの伴奏で唱歌や、懐かしい曲を歌います。

曲に合わせて身体も動かし認知症予防に!

春から初夏の歌を多く歌います。

定員:25人 参加費 無料

来館又は電話で公民館まで申し込んでください

【ゲートボール大会】

4日(木) 13:00~14:30

場所 播但高架下

雑喉 義晴指導員

山田 富子指導員

申込み不要

どなたでも参加できます!!

【小学生の料理教室】

14日(日) 9:30~13:00

表 幸子先生

材料費:700円

準備:マスク・三角巾・エプロン・ふきん・手拭き

(定員になりましたので受付終了)

【なかよしランド】

5日(金) 10:00~12:00

0歳児から就学前子供と保護者

親子遊び、工作、子育て相談等

問合せ:姫路市移動児童センター

☎294-3346 申込み不要

6月の「なかよしランド」は、おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうたあそび、そしてシアター「でんむしくん」を予定しています。



【健康講座 転倒予防体操】

21日(日) 10:00~11:00

理学療法士 横山千春先生

リハビリテーションの先生による転倒予防等、実技を交えながらのお話しです。

定員:20人 参加費 無料

公民館窓口・お電話にて受付中

【生きがい料理教室(男性)】

6日(土) 9:30~12:00

いずみ会 米津佳子先生

浪花恵美子先生・長谷川和美先生

材料費:800円

準備:マスク・三角巾・エプロン・ふきん・手拭き

申込み:必ず1週間前(5/31)までに連絡ください

初めての方の参加も大歓迎です!



教養・地域講座7月予告 申込み,問合わせは御国野公民館まで。(☎253-1876)

地域講座	3日(金)10:00~12:00	なかよしランド	姫路市移動児童C
地域講座	4日(土)10:00~12:00	小学生茶道教室	井河原宗美先生
教養講座	5日(日)10:00~16:00	小学生陶芸教室	福田隆行先生
地域講座	12日(日)9:30~12:00	ふれあいケーキ教室	福本千景先生
地域講座	19日(日)9:30~13:00	小学生料理教室	いずみ会
地域講座	19日(日)10:00~11:00	子どものうたを歌おう	井藤綾華先生
地域講座	19日(日)14:00~15:30	高野山について	遠周正義先生
地域講座	23日(木)14:00~15:00	はいはいランド	姫路市移動児童C
教養講座	24日(金)13:30~15:00	スマホ教室マップやカメラを使ってみよう	ソフトバンク株式会社
教養講座	29日(水)10:00~11:30	ワードで絵を描こう	坂口淳子先生

令和8年6月御国野地区主行事。

・ふれあい食事:6月28日(日) @御国野公民館⇒各自治会の公民館、集会所等
・なかよしカフェ:毎週水曜 10:00~11:30 @四郷・東包括支援センター 飲み物+お菓子 100円

社会福祉協議会 御国野支部 子育て支援事業

みくにのっ子ひろば	6月19日(金) 10:00~11:00	音♪歌♪あそび	主任児童委員 部会長 協力	実施場所御国野幼稚園
-----------	-------------------------	---------	------------------	------------

令和8年6月の自習室として開放日は

6月 7日(日)	午前 9:30~12:00	中会議室(1F)
6月27日(土)	午後 1:30~ 4:30	中会議室(1F)

☆ふれあい料理教室が5月15日(金)にありました

本日のメニューは

- (1)筍と鶏ささみの炊き込みご飯 (2)サニーレタスと塩昆布のサラダ
(3)ヘルシー春雨辛みスープ (4)米粉のクッキー でした。

まろやかで濃厚かつピリ辛のスープでした。 次回9月10日(木)にあります。



☆ギターの弾き語りが5月17日(日)にありました(^_^)

愛称「じろりん」さんのギター弾き語りが日曜日の午後ありました。

「幸せとは何か」をテーマに、自身の青春時代から現在に至るまで、シャンソン・昭和歌謡・ふるさと等ギター1本での弾き語りです。

そして、「普通がいい、普通の生き方が幸せなんだ」と人生の応援歌を歌い、最後は河内のおっさんの歌で、たくさんの聴衆も大喝采でした!(^^)!



『スポーツクラブ21 みくにの』からのお知らせ

第6回 健康体操教室

2026年6月20日(土) 8:30~9:30 (受付開始) 8:10

子どもから大人まで幅広く楽しんでできる、「健康体操教室」を開催します。

松浦香織先生 / 御国野小学校体育館 (持ち物) スポーツタオル(体操で使います)

飲料 体育館シューズ(裸足でもOK)

スポーツクラブ21 みくにの主催 申し込み不要 直接体育館へお越しください