

公民館だよりみくにの

令和8年9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(9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)

【なかよしランド】

4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

9月は体操や季節のわらべうたあそび、おもちゃ遊び、
シアター「ふうせんのうた」を予定しています。



【健康講座 転倒予防体操】

20日(日)10:00~11:00

理学療法士 田中匠先生

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

公民館窓口・お電話にて受付中

参加費無料

【ふれあい料理教室(女性)】

10日(木)10:00~12:00

細岡 恵子先生

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(9/3)までに連絡下さい!

初めてのの方の参加也大歓迎!!

【森鷗外「舞姫」】

20日(日)14:00~15:30

森本 穂先生(生涯学習大学講師、文学博士)

ドイツで一人の踊り子と出会い、ヨーロッパの自由な
空気に触れた主人公。自身の生き方や日本の伝統
的価値観との違いに驚きながら、理想と現実の間で
揺れる人間の苦悩を描いています。

定員:25人(公民館窓口・お電話にて受付中)

【こどものうたを歌おう】

13日(日)10:00~10:50

井藤 綾華先生

こどものうたを歌ったり、わらべうたやふれあい遊び
で、ほっこり楽しい親子時間を!

歌ったあとはみんなでゆったりお話ししましょう♪

0~5歳児の親子10組募集 参加費 無料

公民館窓口・お電話にて受付中

【はいはいランド】

24日(木)14:00~15:00

乳幼児と保護者 ふれあい遊びで子ども達は笑って
ごきげん。グループトークでは、子育ての悩み相談
や情報交換もできます。 申込不要

問合せ:姫路市移動児童センター、☎294-3346

9月は、親子ふれあいあそび、

季節のわらべうたあそび

そして「がたんごとんがたんごとん」のシアターです。

【小学生の料理教室】

20日(日)9:30~13:00

キャロッピー(姫路地域活動栄養士会)

三浦きわ子先生 花井知子先生

魚を使った料理に挑戦です。

材料費:700円

準備:三角巾・エプロン・ふきん・手拭き・マスク

(定員になりましたので受付終了)

【音楽を聞いて体を動かす!リズム】

27日(日)10:00~11:00

葛川結子先生

申込書学校から配布します。

音楽に合わせて体を動かします。楽しみながら、リズ
ム感、音感が身に付きますよ(^_^)

定員:20人 小学生を対象に募集します。

兄弟姉妹の方も参加ください。

公民館窓口・お電話にて受付中

参加費無料

【リーダー会と防災訓練】

29日(火)10:00～11:30

議題:令和8年度上半期の公民館活動について

:学習発表会(展示発表)について

10:45 分から【いざという時、身を守る為に】

姫路東消防署の指導で

・消火器訓練

・避難体験 等 消防訓練を行います。

参加者:文化講座リーダー

中秋の名月



教養・地域講座 10 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	2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	3日(土)9:30～12:00	男性料理教室	いずみ会
教養講座	16日(金)10:00～11:00	健康教室	四郷東地域包括支援センター
地域講座	17日(土)10:00～12:00	小学生茶道教室	井河原宗美先生
地域講座	18日(日)14:00～15:30	歴史講座「万葉集に詠われた飛鳥時代」	田中哲也先生
教養講座	23日(金)13:30～15:00	スマホ教室	姫路市高齢者支援課
地域講座	31日(土)	御国野公民館展示発表 お点前会	井河原宗美先生

令和8年9月御国野地区主行事。

・ふれあい食事:9月27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	9月18日(金) 10:00～	親子ココロの コンサート	ヒメママバンド	会場 東市民センター 大ホール
-----------	--------------------	-----------------	---------	--------------------

令和8年9月の自習室として開放日は

9月6日(日)	午後1:30～4:30	中会議室(1F)
9月26日(土)	午後1:30～4:30	中会議室(1F)

☆いきいき男性料理教室が8月1日(土)にありました。

本日のメニューは夏野菜をふんだんに使った夏バテ防止のメニューです。

(1)ケチャライ簡単ドリア (2)豚肉の玉葱ロール焼き (3)茄子の田舎煮

(4)温でも冷でも南瓜のポタージュ、デザートに甘栗と抹茶の蒸しケーキを作りました。



多くの献立を
協力して作り
ました!(^^)!



☆たそがれコンサートが8月2日(日)にありました。(^^♪

2025 紅白歌合戦を振り返って
プログラム

01 いい湯だな(ビバノン・ロック)

02 愛燦燦

03 笑ったり転んだり

04 夜桜お七

05 聖母(マドンナ)たちのララバイ

06 桃色吐息

07 MY WAY

08 天城越え

09 青い珊瑚礁



ソプラノ2人
とピアノによ
るアンサンブ
ル、楽しいひ
と時を過ごし
ました♪♪