

余部公民館便り

余部区上余部675-7
TEL・FAX 272-1638
(休館日 月曜日)

木々の葉が、次第に色づいてくる時期になり、公民館の周りでも少しずつ秋の深まりを感じます。そして、この季節の代表と言えば、まず楓を思い浮かべます。この木は別名で色見草という異名も持っていますが、近年はとくに地球温暖化の影響もあってか、紅葉前線の南下が年々遅くなっているように思います。それでも、徐々に葉っぱの色が黄色から真っ赤に染まっていく様子を愛でながら日々の生活を送るのも、これからやってくる季節の楽しみ方の一つではないでしょうか。

さて、先月は法律について学ぶ教養講座を実施しました。当日は神戸地方法務局の姫路支局から来ていただいて、相続手続きについて疑問に思っていることを分かりやすく説明してもらい、実際の手続きの仕方を教えていただきました。また、歴史講座では大河ドラマをもとにして、紫式部の生きた時代について、興味深い話をたくさん聴くこともできました。これら、いずれの講座も参加者は、熱心にメモを取って学習されていました。

今月は、健康食品をテーマとして2回目の健康講座を実施します。とくに今回は、だれもがよく食べているヨーグルトについて管理栄養士の立場で詳しく説明してもらうとともに、胃や腸の健康についても専門医から教えていただきますので、是非ともたくさんの皆様の来館をお待ちしております。

「第2回公民館健康講座」

テーマ：相性の良いヨーグルトは？「自分に合う「マイ乳酸菌」を見つけよう！

「胃カメラ・大腸カメラをもっと身近に ～専門医による安心、安全な検査法～」

11月12日(火) 13時30分～15時

講師：ツカザキ病院 石井 友香 管理栄養士 路川 陽介 消化器内科部長

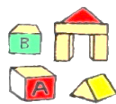
余部子育て支援「余っこ姫あまっこひめ」

乳幼児から就学前のお子様対象講座

11月5日(火) 10時～

今月は「ベビーヨガ・ベビーマッサージ」です。

12月10日(火)は「クリスマス会」を予定しています。



「消しゴムはんこ講座」

11月19日(火) 13時30分～15:30分

講師：廣瀬 千秋 先生

誰でも手軽にできるはんこ講座です。

一緒に楽しく作ってみませんか。(申込必要)



今月の『にこにこサロン』

11月6日(水) 10時～15時



図書室にて余部にこにこサロンを開きます。

お気軽にお越しくださいませ♪♪

姫路市移動児童センター



「なかよしランド」

11月26日(火) 14時～



今回は、「おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうたあそび、シアター[はらぺこあおむし]」が予定されています。

『ぽかぽかサロン』 開催日 11月16日(土) 10時～15時 1階図書室

余部公民館で月1回、地域とのつながり・集いの場としてコミュニティサロンを開催します。

お茶を飲みながら、世間話に花を咲かせたり、スマホ等の疑問のお手伝いや、

地域のみなさまの気分転換のお手伝いができればいいなと思っています。

<メニュー> コーヒー、ミルクティ、はちみつゆず (各100円)

