

別所公民館だより

令和8年(2026年) 5月号

発行 姫路市立別所公民館

館長 橋本 淳
姫路市別所町別所 1717-4
TEL & FAX 079-253-0696

※ご挨拶 4月から新館長に就任致しました 橋本 淳 です、よろしくお願いいたします

人権学習

「知ろう 考えよう あなたの私の人権」

～「あたりまえ」って何？

(内容)

日時生活のあらゆる場面に人権尊重の考え方がいかに深まるよう、人権についての理解を深める



開講日時：5月22日(金) 13:30～15:00

講師：市民生活推進課 人権推進課 三谷 礼子氏

参加費：無料 別所公民館主催 [教養講座]

日本舞踊体験教室

～きものをきて おどってみよう～

小さなお子様から、年配の方まで日本舞踊を体験してみませんか？親子で参加も歓迎



開催日時：5月17日(日)

10時～12時

講師：桃宗 豊花氏

参加費：無料

絵手紙教室 無料体験会

～自分らしさ発見、楽しみましょう～

「へたでいい、へたがいい」の絵手紙の描き方

開催日時：5月2日(土)

13時30分～15時

講師：日本絵手紙協会 公認講師

原 さゆり氏

参加費：無料



ジョイントコンサート

出演：MetaBOX+

清水あきひろ

かねちは

(金子千春)

開催日：5月31日(日)

開場：13時00分

開演：13時30分

入場料：無料

なかよしランド

開催日時：5月5日(火)

10時～12時

対象：幼児(就学前)と保護者

内容：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「ぞうさんのさんぽ」上映

参加費：無料 次回6月2日(火)



〈ひまわりの会〉 社会福祉協議会別所支部

～はじめましての御挨拶・ふれあい遊び～

開催日時：5月22日(金)

10時～11時15分

対象：小学校就学前の乳幼児と保護者

内容：親子で季節の行事や体操で楽しんで遊びましょう

携帯品：上履き・汗ふきタオル

飲み物は持参して下さい

参加費：無料

次回6月26日(金)



健康歌声サロン

懐かしい昭和歌謡や季節の歌をピアノ演奏で楽しく歌います。

～楽しく歌って若返り～

開催日時：5月16日（土）

13時30分～15時

講師：水砂 恵（音楽療法士）

参加費：無料 【地域講座】

※水分補給のため飲み物をご持参ください

次回7月9日（木）



コミュニティ 食堂きらら 社会福祉協議会別所支部

開催日時：5月24日（日）

11時～14時

対象：子どもから大人まで自由参加

内容：①おいしい昼食 皆で食べましょう ただし、先着100名限定

②別所高校のボランティア部の生徒とゲーム漢字検定等勉強も

③えんじろうさんの工作教室 ④革の小物作り

⑤輪投げで景品ゲット！等その他にも楽しい企画がいっぱい

参加費：無料 公民館共催【地域講座】

次回6月28日（日）



健康寿命を延ばす健康講座

大変好評な講座です

開催日時：5月23日（土）

10時30分～11時30分

内容：①身体の健康 ～ 簡単体操

②脳の健康 ～ 笑顔の脳トレ

③心の健康 ～ 安心な未来

講師：現役の介護福祉士

松尾 拓也氏

参加費：無料 公民館主催【地域講座】

次回6月27日（土）



別所公民館学習教室

～子ども支援プロジェクト～

日時：5月24日（日）

場所：公民館サロン（第3会議室）

内容：学習支援 英数プリント

対象：小・中学生

参加費：無料 公民館主催【地域講座】

次回6月28日（日）



男性料理教室

～作って楽しく食べましょう～

開催日時：5月28日（木）

9時30分～12時30分

講師：三浦 喜和子

参加費：材料費1,000円必要 公民館主催【地域講座】

※持参していただく物：前掛け・頭巾

次回開催：6月25日（木）

