

高岡公民館だより

発行所 姫路市立高岡公民館

姫路市東今宿5丁目3番40号 Tel/Fax 295-9433 月曜日 休館

公民館からのお知らせ

◆新年度の主催講座について

裏面に主催講座予定表を掲載していますので、ご確認ください。**4月の講座については、申込みの受付を開始**します。

◆**新**ヨガ教室「福ヨガ」がスタート！

3月から新しい文化講座、ヨガ教室「福ヨガ」が始まります。この講座は、現役ママのヨガトレーナー福田茉由先生と五ヶ丘幼稚園のママさんたちで立ち上げられました。ヨガに整体を組み合わせた新感覚のレッスンで、ヨガが初めての方も大丈夫だそうです。

第2・第4火曜日午前10時から行います。講座の体験・見学も可能です。興味のある方は、公民館までご連絡ください。



ヨガ教室の様子



3月の講座案内

教養講座(防災) **定員40名** (先着順)

「電気とくらしと災害」

3月11日(水) 13時30分～15時00分

講師 関西電気保安協会 小林正幸 先生

東日本大震災から、15年が経ちました。この機会に防災意識を高めるため、災害にも関係する電気の事について学びましょう。

・漏電や感電がどのような仕組みで発生するのか。

・電気火災を起こさないためには、どんなことに気をつけたらいいのか。

など、事例をまじえながら、安全に電気を使うためのポイントについてお話していただきます。

※講座の前に避難訓練を行います。(約10分)



どの講座も事前申込みが必要です！

受付 公民館窓口・Tel079-295-9433

いきいき教室 **定員20名** (先着順)

「サボテン・多肉植物の育て方」
～寄せ植えづくりと育て方講習～
3月13日(金) 13時30分～15時00分
講師 姫路市まちづくり振興機構 緑化推進部
緑化指導員 楠本 英樹 先生

サボテンや多肉植物は、室内で育てられる植物として初心者でも簡単に育てることができます。

この講座では、育て方の基礎から、良い苗の選び方、室内の環境づくりや植え替え方法、増やし方に至るまでお教えします。



・参加費 2,000円(材料費)

・持ち物 手袋(使い捨て)

歴史教室 **定員40名** (先着順)

「大和大納言豊臣秀長と大和郡山」
～2026NHK大河ドラマ主人公～
3月27日(金) 13時30分～15時00分
講師 歴史研究家 中川 秀昭 先生

大和郡山の皆さんは、豊臣秀長を親しみを込めて“秀長さん”と呼びます。彼は、大和郡山の人々に慕われ大きな足跡を残しました。

天正13年(1585)閏8月、紀伊・和泉国に加え大和国を拝領した秀長は大和に入り、居城として筒井氏の城を改修し郡山城を築城。一方では、雑穀町・紺屋町など取り扱う商品名を町の名とする「箱本十三町」に営業の独占権を認め、地租を免除するなど城下町の繁栄を図りました。今や“金魚のまち”として知られる大和郡山ですが、“まち”に残る秀長ゆかりの遺構をたどり彼の足跡をしのびます。(中川 秀昭)



3月 各種団体・組織からのお知らせ

団体・組織名	期 日	行 事	場 所
連合自治会	3月1日(日)	高岡地区防災訓練	小学校
	3月22日(日)	自治会長会	公民館
社会福祉協議会	3月19日(木)	子育て教室	公民館
	3月22日(日)	ふれあいサロン	公民館
	3月24日(火)	ふれあい給食	各町公民館
消防高岡分団	3月1日(日)～7日(土)	春季火災予防運動	校区内巡回
防犯高岡支部	3月27日(金)	大型商業施設パトロール	ゆめタウン
民生児童委員会	3月6日(金)	月例会	公民館
高岡幼稚園	3月19日(木)	修了式	幼稚園
高岡小学校	3月23日(月)	卒業式	小学校
高丘中学校	3月17日(火)	卒業式	中学校

令和8年度 姫路市立高岡公民館 主催講座予定表

教養講座

◇地域や日常生活に関連した課題について学ぶ。

開催日	内容	講師
4月24日(金)	リサイクル楽器でリサイタル	マエストロ足立
5月29日(金)	園芸教室 ～春の寄せ植え～	谷勝 悦子
6月/調整中	人権講演会	調整中
7月29日(水)	腰痛・膝痛対策(仮題)	小林 優二
8月28日(金)	スマホ講習会	姫路市スマホサロンスタッフ
9月29日(火)	館外研修 ～やなせたかし特別展～	姫路文学館学芸員
10月23日(金)	テーマ調整中(福祉)	包括支援センター職員
11月26日(木)	高岡地区交流演奏会	高岡校区の6団体
12月12日(土)	おしゃれしめ飾りを作ろう	南 あゆみ
1月15日(金)	新春ふれあい高岡寄席	夢ノ家 くっか 他
2月11日(祝・木)	はじめてのAI(仮題)	和崎 宏
3月11日(木)	地震対策と防災(仮題)	西影 裕一

いきいき教室 (地域講座②)

◇心身の健康に関することを楽しく学ぶ。

開催日	内容	講師
4月23日(木)	健康とコーヒー①	高濱 御栄
5月22日(金)	懐かしの歌で リフレッシュと脳トレ①	井垣 美奈
6月26日(金)	うっほ体操で元気に①	井澤 由美 他
7月24日(金)	懐かしの歌で リフレッシュと脳トレ②	井垣 美奈
8月21日(金)	折り紙教室	和崎 恵子
9月11日(金)	うっほ体操で元気に②	井澤 由美 他
10月9日(金)	懐かしの歌で リフレッシュと脳トレ③	井垣 美奈
11月27日(金)	園芸教室 ～新年・クリスマスの寄せ植え～	谷勝 悦子
12月25日(金)	うっほ体操で元気に③	井澤 由美 他
1月22日(金)	健康とコーヒー②	高濱 御栄
2月25日(木)	テーマ調整中	ぼうしや薬局薬剤師
3月18日(木)	認知症予防プログラム「コグニサイズ」に挑戦(仮題)	田中 孝史

歴史教室 (地域講座①)

◇先人の知恵や郷土の歴史を学ぶ。

開催日	内容	講師
4月30日(木)	テーマ調整中	埴岡 真弓
5月15日(金)	テーマ調整中	神戸 佳文
6月11日(木)	テーマ調整中	小栗栖健治
7月23日(木)	テーマ調整中	石塚太喜三
8月27日(木)	考古学で読む『播磨国風土記』	岸本 道昭
9月18日(金)	テーマ調整中	三木 英一
10月20日(火)	姫路第10歩兵連隊の足跡①	藤原 龍雄
11月17日(火)	姫路第10歩兵連隊の足跡②	藤原 龍雄
12月11日(金)	学び直し日本の歴史 ～原始編～	高桑 由雅
1月28日(木)	テーマ調整中	中川 秀昭
2月26日(金)	テーマ調整中	中川 秀昭
3月19日(金)	テーマ調整中	中川 秀昭

子ども教室 (地域講座③)

◇主に小学生を対象に体験学習を行う。

開催日	内容	講師
4月		
5月23日(土)	料理教室①	高濱 御栄 他
6月20日(土)	折り紙教室	和崎 恵子
7月25日(土)	夏休み工作教室	遠藤 治三郎
8月1日(土)	夏休み絵画教室	志水 和司
9月26日(土)	料理教室②	高濱 御栄 他
10月24日(土)	折り紙教室	和崎 恵子
11月14日(土)	消しゴムハンコを作ろう	健潤堂
12月6日(日)	クリスマスのお菓子作り	三浦 きわ子
1月30日(土)	茶道教室	高田 宗聡 他
2月20日(土)	料理教室③	高濱 御栄 他
3月5日(金)	リコーダー交流会	石田 紀子

- * 原則、どの講座も事前申込みが必要です。◆申込先⇒公民館窓口もしくは電話で Tel.079-295-9433(月曜日休館)
- * 各講座の申込みは、公民館だよりに講座案内が掲載された後にお願いいたします。ただし、子ども教室は、学校園を通じて募集チラシを配布した後にお願いいたします
- * 実施日時や講座内容を都合により変更する場合があります。予めご了承ください。