

|        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 回<br>覧 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

第 245 号

令和8年10月1日

休館日：毎週月曜日

## 公民館だより 10月号

姫路市立広畑第二公民館

姫路市広畑区高浜町3丁目21番地

電話・FAX 237-6220



近年は異常気象で今年も酷暑と言える夏になりましたが皆様、お元気に乗り越えることができたことと思います。一方、市外や他国の状況は自然の脅威により、多くの犠牲を強いられています。一日も早い復興を心から願うばかりです。まだまだ暑い日が続きますが皆さん元気に健康で過ごしましょう。

(写真左) 9/6 高浜町第一・第二自治会長を隊長に防災訓練をしました。(写真右) 9/10 タイ古式ヨガ舞台発表  
※飾磨消防署広畑分署職員・多田分団長・分団員の皆様にご指導いただきました。住民も多数の方が参加されました。

### 10月 公民館講座のご案内

#### 《地域講座・親子教室》・講座名：なかよしランド

- ・日 時：10月1日(木) 10時～ 2階 会議室
- ・講 師：移動児童センター 児童厚生員
- ・概 要：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「ぞうさんのぼうし」を予定しています。

#### 《地域講座・楽しいプログラミング教室》

- ・日 時：10月4日(日) 10時～11時半
- ・講 師：パソコン指導者 三浦達也先生  
三木久子先生

※本年度の受講者の募集は終了しています。

#### 《地域講座・(ふれあい教室)》

- ・講座名：ストレッチ体操
- ・日 時：10月11日(日) 10時～11時半
- ・場 所：2階 会議室
- ・講 師：健康運動指導士 政井貴子 先生
- ・概 要：音楽にあわせて体を動かし、運動不足の解消を図ってくだされば幸いです。  
運動しやすい服装・運動靴・飲み物等

#### 《地域講座・熟年教室 講座名 DVD鑑賞》

- ・日 時：10月24日(土) 9:15～1階 研修室
- ・講 師：老人クラブ・概 要：「荒野の七人」吹替版
- ・主演 ユル・プリンナー スティーブ・マックイーン
- ・メキシコの寒村イスカトランの住民は毎年収穫期になると野盗たちの略奪行為に苦しんでいた。そこで凄腕ガンマンのクリスと出会い、協力を依頼する。仲間を集めやってきたクリスは、野盗たちを迎え撃つ！参照 映画・comより

#### 《教養講座 歴史と人権》

- ・講座名：播磨地方の歴史を学ぶ
- ・日 時：10月24日(土)13時半～15時
- ・場 所：2階会議室
- ・講 師：神戸学院大学職員 濱田明利 先生
- ・概 要：播磨地方の地理や歴史・人権を学び地元の先人の生きざまに触れます。元高等学校校長の講師が丁寧に解説してくれます。

#### 《地域講座・(ふれあい教室)》

- ・講座名：音楽に親しむ入門教室 ◎募集継続中
- ・日 時：10月3日24日(土) 10時～11時45分
- ・場 所：2階 会議室・講 師：音楽講師 茂見薫 先生
- ◎準備物 小学校で使用している個人の楽器

#### 《地域講座》 姿勢と健康

- 日時：10月27日(火)13:30～・姿勢調整師 松本義雄 氏
- ・体の不調・痛みの解消、姿勢の話を講和と実習で行います。

#### 《新 文化講座 誕生》 講座名：歌声公民館

- 日時：毎月第2火曜日 13:00～ 10月は13日(火)実施
- ・団塊世代が青春を謳歌していた頃、巷では「歌声喫茶」が流行っていました。令和の時代にあった歌声喫茶を公民館でやろうという講座です。問い合わせは公民館まで。 237-6220

#### 《講座名変更》 タイ古式ヨガ が下記名へ

「ヨガ×ピラティス×ストレッチ解して伸ばしてトレーニング」となります。

《11月の予定は裏面に記載されています》

<<広畑第二公民館 10月11月の舞台・展示発表会（展示は1階図書室にて 終日）のお知らせ>>

◎第2回リーダー研修会 10月25日（日）10時～1階研修室 ☆土足化についての実施説明など

舞台発表 ◎やさしい3B体操 10月27日（火）10時半～ 2階会議室

展示発表 ◎手芸パッチワーク 11月13日（金）～27日（金） 1階図書室

●活動の様子を地域の皆様に是非観ていただければ幸いです。共に楽しみましょう。



9/4 金曜書道展示準備

9/4 書道展示見学の様子

9/6 車椅子の使用訓練

9/6 AEDの実施訓練

●9月は防災訓練をはじめ、文化講座の舞台発表や展示発表などで、充実した月になりました。

「10月だより」で案内しておりますが10月・11月も文化講座の方々が発表いたします。

是非、公民館にお立ちよりいただければ幸いです。皆様のお越しをお待ちしております。

《11月の講座予定》 ※誰でも自由に参加できます公民館へお越しください。※予定であり変更もあります。

| 講座名 | 日 時 |     | 項 目                                | 講 師                                                                                                                                           |
|-----|-----|-----|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 地 域 | 5日  | (木) | 10:00～11:30                        | ○親子教室 <なかよしランド>移動児童センター<br>おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべ歌遊び、そしてシアター<br>「はたらくくるま」を予定しています。                                                              |
| 地 域 | 7日  | (土) | 10:00～11:45                        | ○ふれあい教室 <音楽に親しむ入門教室> 茂見薫 先生<br>A班（小1～3）10:00～10:45 B班（小4～6）11:00～11:45<br>◎準備物 小学校で使用している個人の楽器 ※募集継続中                                         |
| 教 養 | 8日  | (日) | 10:00～11:30                        | <楽しいプログラミング教室><br>三浦達也 先生・三木久子 先生<br>※募集により、本年度は定員に達しました。                                                                                     |
| 地 域 | 10日 | (火) | 12:30～                             | ○健康教室<グランドゴルフ> 高浜公園集合 老人クラブ<br>※変更があれば11月だよりでお知らせします。                                                                                         |
| 地 域 | 15日 | (日) | 10:00～11:30                        | ○ふれあい教室<ストレッチ体操>健康運動指導士 政井貴子 先生<br>音楽に合わせて身体を動かし、講師の指示に合わせて簡単な課題にあなたもチャレンジしませんか。                                                              |
| 教 養 | 21日 | (土) | 10:00～11:45<br>※変更があれば参加者へお知らせ。    | ○ふれあい教室 <音楽に親しむ入門教室> 茂見薫 先生<br>A班（小1～3）10:00～10:45 B班（小4～6）11:00～11:45<br>◎準備物 小学校で使用している個人の楽器 ※募集継続中                                         |
| 地 域 | 28日 | (土) | 9:15～11:30<br>※9時を過ぎて公民館へはお越しください。 | ○熟年教室 <D V D 鑑 賞> 老人クラブ<br>「ボクの妻と結婚してください」主演 織田裕二・吉田羊・原田泰造<br>バラエティ番組の放送作家である主人公 三村が余命6か月を宣告され、残される妻のために最高の再婚相手を探すという「最後の企画」に奔走する物語 参照 映画.com |

\*10月の定期清掃 「金曜書道教室」「パソコン教室」の方をお願いします。