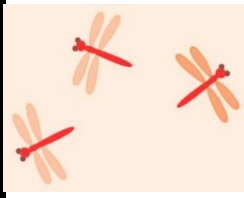


みねあい公民館だより

9月号



姫路市立峰相公民館＜月曜日休館＞

姫路市六角278-3

TEL/FAX 267-0052

E-mail: mineaikm@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

令和7年8月15日発行

第314号

集い、学び、拓く

9月の教養講座・地域講座

講座名	講師	テーマ	日時
楽々サークル	児童移動センター 厚生員	なかよしランド	9月12日(金) 10:00～12:00
楽々サークル	料理研究家 細岡恵子先生	男の台所 (要申込み)	9月19日(金) 10:00～12:00
楽々サークル	ヨガインストラクター 武木田恭子先生	ヨガを楽しもう	9月27日(土) 10:00～12:00

上記講座についてお知らせ（お申し込みは峰相公民館 電話・FAX(079-267-0052)まで。）

9月12日(金) なかよしランドは、おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうたあそび、そしてシアター「はたらくるま」の予定。就学前のお子様を対象です。

9月19日(金) 男性対象の料理教室です。講師は料理研究家の細岡恵子先生です。(要申込み)
季節に合った料理を教えます。先着7名。持ち物:材料費500円、エプロン、三角巾など。

9月27日(土) ヨガを楽しもう。今回で3回目となります。ゆっくりとからだをほぐしながら動かして、心もほぐれているかも？です。持ってくる物:ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)水分補給の水。

8月8日(金) 楽々サークル 子供工作教室「万華鏡を作ろう」

昨年に続き、藤田佳恵先生と一緒に万華鏡を作りました。今年は予約制にしたので、ゆっくり、じっくりと作品作りに取り組みました。



筒の中に入れる「キラキラ」のもと…ビーズや天然石、ガラス玉など、お好みで入れます。
入れすぎると、ケースの中でうまく回転しないのでキラキラしません。



6月18日（火）に、
峰相小学校の2年生
児童たちが「まちかど
たんけん」で峰相公民
館を訪問し「トールペ
イント」
教室の黒田先生のご指
導で「トールペイント」体験の
感想文等を頂きました

7月18日（金）夏のアロマ講座

講師の藤田佳恵先生ご指導のもと

「バスソルト」作りをしました。

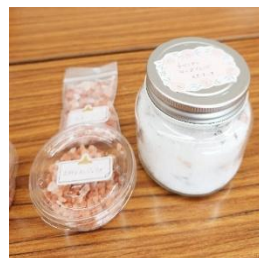
材料は天然塩に精油(エッセンシャルオイル)を

入れてよくかき混ぜ

て。お風呂以外に

手浴や足浴にも手軽

に楽しめます。



《写真コーナー》



ブナのめざめ

撮影地 養父市

三木正彦氏

公民館ロビーに掲示

10月講座のご案内（予定）

講 座 名	講 師	テ ー マ	日 時
楽々サークル	細岡恵子先生	女性の料理 要申込み	10月10日（金）午前
楽々サークル	藤田佳恵先生	秋のアロマライフ講座と ミニワークショップ 要申込み	10月17日（金）午後
楽々サークル	朝見初美先生	華道教室 季節を彩る生け花 要申込み	10月18日（土）午前
楽々サークル	森田庸子先生	子供菓子教室 要申込み	10月18日（土）午後
楽々サークル	元谷内公民館長 服部敏次先生	懐メロを楽しみながら 脳トレしよう	10月31日（金）午後