

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

カラー版は峰相公民館ホームページをご覧ください

令和8年8月21日発行

第326号

集い

学び

拓く



9月の教養講座・地域講座



どなたでも参加できます！是非ご参加ください(お申し込みは峰相公民館 電話・FAX(079-267-0052)まで)

講座名	講師	テーマ	日時
楽々サークル	元谷内公民館館長 服部敏次先生	みんなで歌って元気になろう 服部先生(ギター)・柿谷先生(ハーモニカ)	9月4日(金) 13:30~15:00
楽々サークル	姫路市移動児童センター まわ〜る	なかよしランド	9月11日(金) 10:00~11:30
教養講座	兵庫県議会議員 飯島義雄先生	地域の絆で防災を	9月12日(土) 13:30~15:00
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18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26日(土) 10:00~12:00

4日(金) 懐メロを楽しみましょう！！ギター演奏とハーモニカ演奏の共演です。「高校三年生」「有楽町で逢いましょう」「365日の紙飛行機」「白いブランコ」愛唱歌メドレー、他など

11日(金) 9月の「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「ふうせんのうた」を予定しています。★終了時間の30分前までにお越しください

12日(土) 阪神淡路大震災以降全国各地で頻発している内陸型地震。2030年代の発生確率が高まっている南海トラフ巨大地震など「地域の絆で防災を」テーマに解説して頂きます

18日(金) 普段お家で料理されない方でも気軽に参加していただける男性のみの料理教室です。皆さんと楽しみながら季節の料理作りにチャレンジしましょう。材料費500円です。

26日(土) 9月のテーマは寒暖差疲労と自律神経の調整を。夏から秋への変わり目で乱れやすい心身のバランスを、ゆったりとした呼吸とポーズで整えましょう。★どなたでも参加できます

7月5日 健康ジャズ体操

音楽に合わせて楽しく全身を動かす健康ジャズ体操の様子です。柔軟性や筋力、心肺機能を高める人気の有酸素運動で、リフレッシュ効果も期待できます！

『モーニング娘のloveマシーン』の曲で楽しく体操した、最後の決めポーズです★



7月11日 グランドゴルフ大会

曇り空でしたが、それほど暑すぎないお天気のもと、こちらはとても白熱した大会が行われました

6月の大会に続いて緑台の久岡節夫さんの優勝でした。皆さんお疲れ様でした





7月11日子供お菓子作り教室



カップケーキの作り方を教えて頂きました。
プレーンに、緑茶に、チョコと三種の可愛い
フワフワなカップケーキが出来ました。

次回はホットケーキミックスを使ったお菓子を教えて
頂きます。

中学生の参加も
お待ちしております
楽しく美味しい
ですよ！



8月7日子供ワークショップ



天然石をたくさん使って
万華鏡やボールペン、
キーホルダーを作り
ました。それぞれに
特徴のあるステキな

作品が出来上がりました！！大人のようなペンに
大喜びでした。

夏休みのいい思い出が
できました。



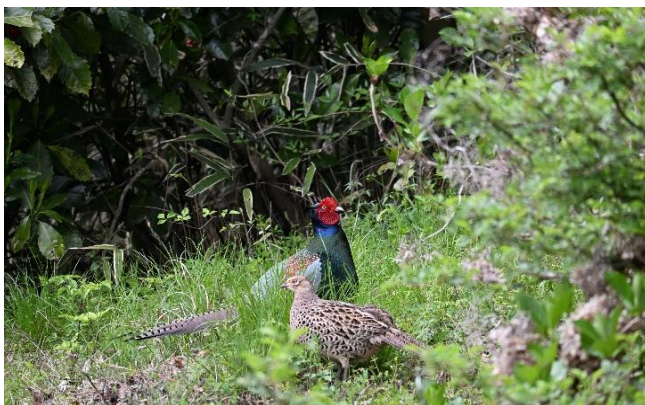
暑い日がまだまだ続いております。お近くにお越しの際は是非、峰相公民館に涼みにいらしてください。

図書コーナーにはたくさんの本が追加されました。お子様向きからお料理の本など。

勉強をしたり、おしゃべりをしたり、シール交換をしたりと、どうぞ遊びにきてくださいね。



星の降る浴衣祭りの城と駅	幼子の草苗流す夕まずめ	児ら字太鼓の音色梅雨晴れ同	十華の身ほとり虫の影もなし	早苗植ふ水面に生るる風さやか	独り居の狭庭にはのと螢来る	夏顔こころの迷ひ捨てて行け	交差点浴衣祭りの流れ美し	令和八年度七月峰相公民館俳句教室代表句
木下秀信	平田智昭	古谷晃子	福岡きみ子	玉田銀	松本輝代	大西笑来	小林光子	



キジ（雉） 雌雄

谷口泰樹さん 撮影場所 六甲山

留鳥、本州から九州までの平地から山地の林や草原、農耕地に生息して春先に一夫多妻で繁殖する、国鳥。



10月の講座のご案内(予定)



テーマ	日時
料理教室	10月9日午前
アロマ講座 (要申込み)	10月16日午後
華道教室(未生流) (要申込み)	10月17日午前
子どもお菓子作り教室 (要申込み)	10月17日午後
ヨガ教室	10月24日午前
健康体操	10月24日午後
歴史教室	10月31日午後



移動図書館

9月9日(水)11:00~11:30

