

令和8年度（2026年度） 姫路市立公民館 教養講座・地域講座 一覧

【姫路市立 城南 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		料理教室		朗読教室		紙細工教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		男女区別なく調理を楽しむ	料理を楽しめる人	朗読ボランティアを育成する	読み聞かせに興味のある人	手先の使用で脳を活性化する	主に70歳以上の高齢者
	内 容	内 容	内 容	内 容	内 容		
4	笑って健康 スマホ教室	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
5	笑って健康 「人権学習」について講演会		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
6	防災（火災）研修 笑って健康	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
7	笑って健康 子ども歴史教室		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
8	子ども自然教室 笑って健康	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
9	鍵盤ハーモニカ講座 笑って健康		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
10	笑って健康 親子ケーキ作り	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
11	笑って健康 ドローン教室		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
12	笑って健康	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
1	笑って健康 防災（地震）研修		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
2	防災講座 笑って健康	季節の新鮮素材を使用して調理をし試食・親睦を図る	朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			
3	笑って健康		朗読の実践と発声の訓練をグループ討議で養成する	折り紙で季節を感じ楽しむ 花・小動物・置物等作ろう			

令和8年度（2026年度） 姫路市立公民館 教養講座・地域講座 一覧

【姫路市立 城南 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		体操教室		教室		教室	
		ねらい	対象者層	ねらい	対象者層	ねらい	対象者層
		いつまでも元気で行動する	地域の高齢者				
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		いきいき百歳体操					
5		いきいき百歳体操					
6		いきいき百歳体操					
7		いきいき百歳体操					
8		いきいき百歳体操					
9		いきいき百歳体操					
10		いきいき百歳体操					
11		いきいき百歳体操					
12		いきいき百歳体操					
1		いきいき百歳体操					
2		いきいき百歳体操					
3		いきいき百歳体操					