

苜野公民館 だより

姫路市立 苜野公民館

姫路市夢前町苜野 3 2 6 - 3

TEL/FAX 079-336-2733

令和8年9月21日発行



あそ公民館だより

No.127

姫路市立 苜野公民館
姫路市夢前町苜野326-3
TEL/FAX 079-336-2733

 朝夕は涼しくなり、秋を感じる季節となりました。実りの秋、
たのしい行事がいっぱいの10月です。10月6日(火)～9日(金)は
トライアルウィーク!!(苜野中学校より2名)です。今月をお待ちしています。

10/7 水 10:00～12:00
ながよしランド
おいでおいで企画!!
足形キーホルダーを
つくろう!! など

10/8 木 10:00～12:30
つくってみよう! 学校給食
学校給食の人気メニュー
を、つくってみましょう!!
(定員8名)要予約です!

10/11 日 11:00～15:30
神元神社秋祭り
11:00～たのしいお店open
おいしーい!!
13:00～おみこし宮入り
奉納内パズル相撲
もちほり、福引きなど

**10/17 土 9:30～受付
10:00～12:00**
ペタンク大会
芝生広場にて。
賞品めざして!がまほりま(う!)
(定)27名(公民館まで)

10/23 金 14:00～15:00
骨密度を測ろう!
(まうしや薬局さんが
測り定して下さいます。
力カトが出るようにお返
下さい。(力カで測定)

**10/31 土 9:00～受付
9:15～12:00**
**ふれあい♡
スポーツDAY**
体力に合わせた
コース設定で参加しやす
くなりました～!(小学校29+)
みんなでおいしーいカレーを
食べたり、おたのしみおせん会も!!

10/29 木 10:00～11:00 (ズンパの先生です)
チェアエクササイズ 二瓶 智子先生
いすに座って行える 筋力や バランス力を高める
運動です。(持)フェイスタオル、500円

 **お知らせ** 10月1日より、コピーが有料化(1枚10円)になります。
(10月以降より、(日)ようちえんの工事が始まる予定です。(かわいい日程は、後日に(日)時)

10月の教養・地域講座のご案内

	講 座 名	月 日	時 間	講師またはリーダー
④	いきいき百歳体操	毎週金曜日	13:30~14:30	國光 紀代美
○	なかよしランド	7日(水)	10:00~12:00	移動児童センター
④	書道教室	4日(日)	10:00~11:00	竹内 有希
④	学校給食を作ろう	8日(木)	10:00~12:30	健康教育課
④	華 道 教 室	8日(木)	14:00~15:30	梶浦 美月
④	さわやか歌声教室	14日(水)	10:00~11:15	堀田 君代
④	ペタンク大会	17日(土)	9:30~12:00	吉本 勤
④	骨密度をはかろう	23日(金)	14:00~15:00	ぼうしや薬局
④	ふれあい喫茶	25(日)	9:00~12:00	國光 信子

『10月の文化講座 案内』 *予告なく変更・中止の場合もあります。

夢ヨガ	3・17	土	15:00~16:10	囲碁クラブ	8・22・29	木	13:00~16:30
詩 吟	7・21・28	水	14:00~16:00	銭太鼓	7・21	水	13:30~14:30
英会話	6・20	火	13:30~15:00	らくらくピアノ	13・27	火	13:00~14:30
ABコーラス	18	日	13:30~14:30	パステルアート		土	10:00~12:00
リメイク	6・20	火	9:30~11:30	Let's begin	1・15・22	木	10:00~11:00
クレイフラワー	6・20	火	9:30~11:30	己書		日	13:30~14:30
健康体操	1・15・22	木	13:30~15:00	あざみの俳句の会	8	木	14:00~16:00
のびのび健康体操	2・9・16	金	10:00~11:30	ズンバ・ゴールド	10・17	土	15:45~16:50

[*お知らせ]

* のびのび健康体操 体験会 * 23日(金) 10:00~11:30

お問い合わせ、ご予約は、原田靖之先生まで。

(090 - 9705 - 9929)

* チェアーエクササイズ * 29日(木) 10:00~11:00

フェイスタオルをご持参ください。参加費 500円

ズンバ・ゴールドの二瓶 智子先生です。