



あぼしにし

～公民館だより～

姫路市網干区興浜 1209-1

開館日 火～日曜日 9時～17時

休館日 月曜日 年末年始

TEL / FAX 079-272-7513

E-mail aboshini@hi-net.city.himeji.hyogo.jp



令和7年11月1日発行

11月号

(第 352 号)

日	曜日	行事予定
		11月
1	土	大正琴 着物着付 パソコン
2	日	社交ダンス 詩吟 寺子屋
3	月	休館日
4	火	3B 体操 自力整体 A 寺子屋
5	水	日本舞踊 寺子屋 PTA コーラス
6	木	西っこらんど ハワイアン 手編 囲碁 寺子屋
7	金	百歳体操 布物語 マージャン 寺子屋
8	土	カリンバ 輪投げ 箏曲 詩吟
9	日	段文音頭 社交ダンス 寺子屋
10	月	休館日
11	火	3B 体操 自力整体 B 三絃 スコップ 寺子屋
12	水	児童セン 舞踊 探勝 ぬかちゃんコーラス 寺子屋
13	木	囲碁 寺子屋
14	金	パッチワーク 百歳体操 華道 トール 寺子屋
15	土	ヨガ B 大正琴 着物着付 パソコン
16	日	社交ダンス 寺子屋
17	月	休館日
18	火	3B 体操 自力整体 A 絵手紙 スコップ
19	水	日本舞踊 PTA コーラス
20	木	手編み けやき教室 囲碁
21	金	百歳体操 ふれあい喫茶 布物語 マージャン 寺子屋
22	土	大正琴 輪投げ 箏曲
23	日	段文音頭 囲碁 社交ダンス 寺子屋
24	月	休館日
25	火	自力整体 B 三絃 スコップ 寺子屋
26	水	PTA コーラス 寺子屋
27	木	ぬかちゃん ハワイアン 囲碁 寺子屋
28	金	パッチワーク 華道 トール いきいき教室 寺子屋
29	土	輪投げ同好会 ヨガ B
30	日	寺子屋
31	—	

※予定は現時点のもので、急遽変更になる場合があります

教養講座

～環境学習～

11月21日(金) 14時15分～

講師: エコパーク環境学習センター 様

自然探勝教室

～なぎさ公園ウィーク～

11月12日(水) 9時00分～

代表: 塩野 典美 様



けやき教室

～小物作り～

11月20日(木) 13時30分～

代表: 坪田 田鶴子 様



いきいき教室

～グランドゴルフ大会～

11月28日(金) 9時00分～

代表: 嶋津 貞雄 様

姫路市移動児童センター

～なかよしランド～

11月12日(水) 10時00分～



指導：移動児童センター職員 様
おもちゃでの自由遊び
シアター「はらぺこあおむし」



あぼし西っこらんど

～親子で遊ぼう～

【対象者：0歳～就学前のお友達】

11月6日(木) 10時00分～



ボランティア：田中 陽子 様



料理教室

～女性のお菓子作り～

11月23日(日)➡12月7日(日)変更

指導：橋口 里美 様

お知らせ

- ふれあい食事サービスは 27日(木)
当番は 3班 です。
- ふれあい喫茶は 21日(金)



公民館行事

1. 焙りたてコーヒー講座(教養講座)

今回は、いつものコーヒーをもっと美味しく楽しめる方法をレッスン。
豆の種類はもちろん、焙煎の時間などをいろいろ試して自分好みの一杯を作りました。



2. 指ヨガ(ふれあい喫茶)

からだの何処かに不具合が生じると、手のひらのその部位に当たる場所に痛みを感じます。
手のひらに刺激を与えるだけで心・からだの健康バランス保つことができます。

