

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 古知 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		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
		集中力アップで 生き生き生活	幅広い年齢層	心と体を整えて 介護予防	概ね高齢者	身近な地域の歴史 を学び次世代へ つなげていく	幅広い年齢層
内 容	内 容		内 容		内 容		
4		筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
5	膝痛予防	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
6	フレイルチェック	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
7	子供染物教室	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
8	夏休み書道教室 子供工作教室	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
9	高齢者交通安全教室	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
10	高齢者スマホ教室	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
11	防災教室	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
12	体力測定	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
1	心不全の予防	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
2	インターネットと人権	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	
3	親子味噌づくり	筆ペン教室		シニアヨガ教室		歴史教室	

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 古知 公民館】

月	教養講座	地 域 講 座					
		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
		趣味を活かし手や指を使って認知症予防	概ね高齢者	いろいろな節目でプレゼントできることにより豊かな生活を目指す	市民全般	日々の楽しみづくり	幅広い年齢層
内 容		内 容		内 容			
4		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室		押し花教室	
5		折り紙教室					
6		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室			
7		折り紙教室					
8		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室			
9		折り紙教室					
10		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室		押し花教室	
11		折り紙教室					
12		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室			
1		折り紙教室					
2		折り紙教室		プリザーブドフラワー教室			
3		折り紙教室					