

高岡西 公民館だより

令和 7 年 4 月 1 日
姫路市立高岡西公民館
姫路市上手野 41 - 4
E-mail ; takaokan@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

☎ 079 (291) 0303

休館日 毎週月曜日

第 3 4 8 号

令和 7 年度がスタートしました。今年度も地域の教育文化の向上、健康や福祉の増進、こころふれあう住みよい街づくりに向けて、自治会をはじめ各種団体、学校園等とさらなる連携を深め、生涯学習とコミュニティ活動の拠点としての役割を果たしたいと思います。地域の皆さまの公民館活動へのご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

4 月の講座案内

地域講座「いきいき教室」高西ウォーク①

令和 7 年度第 1 回高西ウォーク。「楽しく仲よく元気よく」をモットーに、ウォーキングで心も体もリフレッシュしましょう。
今回は桜並木がきれいな夢前川の遊歩道を南へ、新蒲田橋辺りまで歩きます。途中に喫茶店で休憩します。

- ◇日 時 : 4 月 3 日 (木) 9:30 集合
- ◇持ち物 : 水筒・傘(雨天時)・飲み物代
- ◇定 員 : 先着 15 名
- ◇申 込 : 3/27(木)9時から来館または電話

スマホ教室

スマホのお困りごとをサポートします！

講義形式ではなく、スマホの使い方で分からないことや知りたいことを相談する教室です。気軽におしゃべりしながらスマホに関するお悩みやお困りごとを相談しませんか。

- ◇日 時 : 4 月 1 6 日 (水) 13:30~
- ◇持ち物 : スマートフォン
- ◇申 込 : 準備の関係がありますので、4/13(日)までに申し込んでください。
- ◇講 師 : 姫路市高齢者支援課スタッフ

なかよしランド(親子教室)

～就学前のお子さんが対象～

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「はらぺこあおむし」を予定しています。

- ◇日 時 : 4 月 2 3 日 (水) 14:00~
- ◇講 師 : 姫路市移動児童センター職員



いきいき百歳体操(公民館会場)

みんなで楽しく体操しています。初めて参加する人も大歓迎です。事前の申し込みは必要ありません。

一緒に運動をして体力をつけましょう。

- ◇日 時 : 4月5日・12日・19日・26日(土) 9:30~

5 月の教養・地域講座予定

月	日	曜日	時間	内 容	講 師
5	10	土	10:30~	高齢者と子どものけん玉教室	関口 哲也 先生
	13	火	13:30~	スマートフォン体験講座	ソフトバンク
	14	水	10:00~	簡単筋力トレーニング	信澤 多佳恵 先生
	20	火	13:30~	地域の防犯教室	飾磨警察署員
	10日(土)14:00~/15:00~ 17日(土) 9:15~/10:30~			子ども茶道 子ども百人一首	中川 宗君 先生
	28	水	14:00~	なかよしランド	姫路市移動児童センター

☆教養講座・地域講座の受講料は、無料です。

各種団体・組織からのお知らせ 4月

団体・組織名	期 日	行 事	場 所	備 考
連合自治会	4月13日（日）	連合自治会長会	高岡西公民館	19：00～
社会福祉協議会	4月6日（日）	ふれあい給食		
	4月15日（火）	にしっ子ひろば(子育て教室)	旧高岡西幼稚園	10：15～11：30
民生児童委員会	4月8日（火）	民生児童委員会	高岡西公民館	19：00～
高岡西小学校	4月7日（月）	始業式・入学式		
	4月10日（木）	給食開始		
	4月17日(木)～22日(火)	家庭訪問		
	4月26日（土）	授業参観・引き渡し訓練		
高丘中学校	4月7日（月）	始業式		
	4月8日（火）	入学式		
	4月9日(水)～10日(木)	実力考査(2・3年)		
	4月20日(日)～22日(火)	修学旅行(3年)		
	4月30日（水）	授業参観・PTA総会		

令和7年度(2025年度)教養講座・地域講座計画表(下半期)

10	10/19(日) ☆ブロック公民館文化祭 市民会館 10/26(日)9:00～ 高岡西ふれあい文化祭	10/4(土)13:30～ 歴史教室③ 「金・銀について」 好古学園大講師 石塚太喜三		10/5・19(日) 9:30～ 小学生の英語⑦⑧ 英会話講師 森田ステラ	10/4・18(土) 茶道教室⑪⑫ 9:15～ 百人一首⑪⑫10:30～ 茶道講師 中川宗君	10/14・28(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ①② 姫路おはなしの会 原 三恵子	10/22(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター
11	11/22(土)10:20～ 健康教室④(運動) 理学療法士 藤原俊輔 11/22(土)14:00～ 人権学習会		11/12(水)10:00～ 簡単筋力トレ④ 体操講師 信澤多佳恵 11/中旬 高西ウォーク④	11/2・16(日) 9:30～ 小学生の英語⑨⑩ 英会話講師 森田ステラ	11/1・15(土) 茶道教室⑬⑭ 9:15～ 百人一首⑬⑭10:30～ 茶道講師 中川宗君	11/11・25(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ③④ 姫路おはなしの会 原 三恵子	11/26(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター
12	12/6(土)10:00～ ピアノコンサート・お菓子 高宮久子 他 柳千恵美 他 12/13(土)10:20～ 健康教室⑤(予防) 理学療法士 恒藤慎也	12/13(土)13:30～ 歴史教室④ 「秀吉と北政所」 好古学園大講師 石塚太喜三		12/7・21(日) 9:30～ 小学生の英語⑪⑫ 英会話講師 森田ステラ	12/6・20(土) 茶道教室⑮⑯ 9:15～ 百人一首⑮⑯10:30～ 茶道講師 中川宗君	12/9・23(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ⑤⑥ 姫路おはなしの会 原 三恵子	12/14(日)13:30～ 子供工作教室② 遠藤治三郎 12/24(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター
1	1/中旬(土)13:30～ 新春コンサート 大西由香里 他 1/31(土)10:20～ 健康教室⑥(音楽) 音楽療法士 角野悟里		1/14(水)10:00～ 簡単筋力トレ⑤ 体操講師 信澤多佳恵 1/下旬 高西ウォーク⑤	1/11・18(日) 9:30～ 小学生の英語⑬⑭ 英会話講師 森田ステラ	1/17・31(土) 茶道教室⑰⑱ 9:15～ 百人一首⑰⑱10:30～ 茶道講師 中川宗君	1/13・27(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ⑦⑧ 姫路おはなしの会 原 三恵子	1/28(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター
2		2/中旬(土)13:30～ 歴史教室⑤ 「未定」		2/1・15(日) 9:30～ 小学生の英語⑮⑯ 英会話講師 森田ステラ	2/7・21(土) 茶道教室⑲⑳ 9:15～ 百人一首⑲⑳10:30～ 茶道講師 中川宗君	2/10・24(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ⑨⑩ 姫路おはなしの会 原 三恵子	2/25(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター
3	3/上旬(土)10:20～ 健康教室⑦ 地域包括センター		3/11(水)10:00～ 簡単筋力トレ⑥ 体操講師 信澤多佳恵	3/1・15(日) 9:30～ 小学生の英語⑰⑱ 英会話講師 森田ステラ	3/7・21(土) 茶道教室㉑㉒ 9:15～ 百人一首㉑ 10:30～ 茶道講師 中川宗君	3/10・24(火)10:00～ 童歌・お話と 絵本の読み聞かせ⑪⑫ 姫路おはなしの会 原 三恵子	3/25(水)14:00～ なかよしランド 移動児童センター