

# 高岡西 公民館だより

第357号

令和8年1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

新年あけましておめでとうございます。皆様方におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年の「干支(えと)」は「丙午(ひのえ・うま)」です。かつて「丙午は縁起が悪い」という迷信がありましたが、科学的な根拠はなく、信じる人も減っています。「丙」は、陽の「火」を表し、太陽のような明るさや情熱、強い意志を象徴します。「午」もまた陽の「火」に属し、行動力やスピード、エネルギーを意味します。勢いがあり、勇敢で独立心が強いのが特徴です。この2つの組み合わせである丙午には、「情熱と行動力で突き進む」「燃え盛るようなエネルギーで道を切り開く」といった縁起のよさが表れています。

2026年という一年が、希望と活気にあふれ、新しい挑戦へ向かって大きく踏み出せる年になることを願っております。そして、引き続き地域コミュニティの活性化と安心安全な地域づくりに向けて、着実に歩みを進めていきたいと思います。今年も自治会活動及び公民館事業に格別なご理解とご支援をお願いいたします。

連合自治会長・公民館活動推進委員長 山口 孝司

## 1月の講座案内

### 新春コンサート(教養講座)

コーラスを聴きながら、懐かしい童謡・唱歌と一緒に歌いましょう。ゲスト出演や楽しいティータイムがあります。

事前申し込みは要りません。気軽に参加してください。

◇日 時：1月10日（土）13:30～

◇出 演：「歌う♪takaoka」

ゲスト演奏「ブラックベリー」の皆さん

※ 駐車場が限られています。ご来場にご配慮ください。

### 健康教室⑤(音楽)

#### －音楽で楽しく生き生きと－

音楽を奏でたり、歌ったりしながら、楽しく心と体をほぐしていく健康教室です。日頃の健康維持につなげましょう。

◇日 時：1月31日（土）10:30～

◇講 師：角野 悟里 先生（音楽療法士）

### 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「だるまさんが」を予定しています。

◇日 時：1月28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。一緒に運動をして体力をつけましょう。

◇日時：1月10日・17日・24日・31日(土) 9:30～

### 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ぬ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：1月7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、12/26(金)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

### 小学生の英会話教室

子ども達が簡単な英語を使って会話をしたり、ゲームをしたり、単語を書いたりして、英語に慣れ親しむことを目的に行います。

◇日 時：1月11日（日）・18日（日）

高学年：9:30～／低学年：10:30～

◇講 師：森田ステラ（Stella）先生（英語講師）

### 子ども茶道・子ども百人一首(子ども伝統文化)

子ども達は、茶道や百人一首を通して日本の伝統文化を学び、礼儀作法も身に付けています。茶道は、お茶の作法を覚えて、お点前が上手になっています。百人一首は、競うことで上達しています。（随時、参加者募集中）

◇日 時：1月17日（土）・31日（土）

茶道 9:15～ 百人一首 10:30～

◇講 師：中川 宗君 先生（茶道裏千家教授）

## 童歌・お話と絵本の読み聞かせ(子育て教室)

絵本の読み聞かせとわらべ歌遊びを、親子で楽しむ教室です。読み手の声や表情、場の雰囲気が子どもの心を一層豊かにていきます。お子さんと一緒にファンタジーの世界を楽しんでください。

◇日 時：1月13日(火)・27日(火) 10：00～

◇講 師：原 三恵子 先生(姫路おはなしの会会員)

## 高齢者と子どものけん玉教室⑤

けん玉の先生にいろいろな技を教えてもらいます。技を練習して、級検定に挑戦しましょう。(6回シリーズの5回目)

◇日 時：1月10日(土) 10：30～

◇講 師：関口 哲也 先生(けん玉5段)

◇対 象：小学生と高齢者

◇持ち物：けん玉(持っていない人には貸し出します)

### ☆ お知らせ

・1月に計画していました高西ウォークは、2月3日(火)に延期します。行き先は姫路城です。参加申し込みは、

1月20日(火)から受け付けます。

・1月14日に計画していました地域講座「簡単筋力トレーニング」は中止にします。

## 2月の教養・地域講座予定

月	日	曜 日	時 間	内 容	講 師
2	3	火	10:00～	高西ウォーク⑤	公民館長
	7 21	土	9:15～ 10:30～	子ども茶道 子ども百人一首	中川 宗君 先生
	8 15	日	高学年9:30～ 低学年10:30～	小学生の英語	森田 ステラ 先生
	10 24	火	10:00～	わらべ歌遊び お話と絵本の読み聞かせ	原 三恵子 先生
	15	日	13:30～	ミニチュア工作④	遠藤 治三郎 先生
	21	土	13:30～	歴史教室⑤	中川 秀昭 先生
	25	水	14:00～	なかよしランド	姫路移動児童センター

☆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 1月

団体・組織名	期 日	行 事	場 所	備 考
連合自治会	1月11日(日)	連合自治会長会	高岡西公民館	19：00～
社会福祉協議会	1月11日(日)	ふれあい給食		
	1月20日(火)	にしつ子ひろば(子育て教室)	旧高岡西幼稚園	10：15～11：30
民生児童委員会	1月9日(金)	民生児童委員会	高岡西公民館	19：00～
高岡西小学校	1月7日(水)	始業式		
	1月8日(木)	給食開始		
	1月14日(水)	交通安全教室(3年)		
高丘中学校	1月7日(水)	始業式・実力考查(3年)		
	1月8日(木)	給食開始・実力考查		
	1月23日(金)～27日(火)	保護者会(3年)		
	1月30日(金)	わくわくオーケストラ(1年) 校外学習(2年)	京都	