

城陽

公民館だより

10月号

■ 姫路市立城陽公民館

■ 開館日 火～日曜日 9時～17時

休館日 月曜日・年末年始

■ 〒670-0947 姫路市北条 1053-1

■ TEL/FAX 079-288-0943

秋祭り 本宮10月11日(日)

今年も秋祭りの季節となりました。播州の秋祭りは、その年の実りに感謝し地域の氏神さまに豊作や安全を祈る祭りとして受け継がれてきました。特に、播州では、神社の例祭として秋に行われ、屋台や神輿を出して氏子の結びつきを確かめる意味が強いようです。さて、城陽地区では、本宮の10月11日(日)に恒例の5町(北条・庄田・南条・甲阿保・乙阿保)による屋台練りが城陽小学校グラウンドにて盛大に行われます。勇壮な屋台練り、是非ご家族お揃いで小学校へお越しください。

第3回 こぐまの会

「オリジナルモンスター&かぼちゃマスコット作り」



世界に1つだけの
モンスターマスコットを作ろう

10月17日(土) 13:30～15:00

【定員】 20名 幼児～小学生

【材料費】 100円

【申込み】 9/25(金)～10/10(土)

【持ち物】 色えんぴつ、えんぴつ、消しゴム
ハサミ、木工ボンド、飲み物

※未就学児のお子様は保護者同伴でおねがいします。

歴史講座 「北政所と淀殿」

10月24日(土) 10:00～11:30

中川 秀昭先生(歴史研究家)

母の猛反対を押し切り秀吉と恋愛結婚。内助の功を發揮し、秀吉の天下取りを支えた寧々。秀吉の関白就任により、北政所と呼ばれた。茶々は母と二人の父の仇である秀吉の側室となり二人の男児を生む。御産所・淀城にちなみ淀殿と呼ばれた。実子誕生により豊臣家における力関係は逆転し、秀吉の没後は、秀頼の後見人として豊臣家の実権をふるった。一方、北政所は京都に移り住み、出家して高台院と称し、ひたすら秀吉の菩提を弔う。しかし、運命の歯車は、再び逆転に動いた…
事前予約不要・自由参加です。

じろりんフォークライフ

10月18日(日) 13:30開演(13:00開場)

じろりんによる歌とギターを生演奏♪
歌で皆さんに元気をお届けします！
入場無料・ご自由にお入りください。

健康講座「介護予防・健康づくり」

10月22日(木) 13:30～15:00

(山陽地域包括支援センター)

- ①介護予防フレイル・人生100年時代について
 - ②特殊詐欺・消費者被害について
- 事前予約不要・自由参加です。

リフレッシュヨガ

10月18日(日) 10:00～11:30

武木田 恭子先生(ヨガインストラクター)

【持ち物】 ヨガマット(または大きめバスタオル)、
汗拭き用タオル、飲み物
事前予約不要・自由参加です。
※動きやすい服装でお越しください。

English レッスン

10月17日(土)

10:00～10:50(小学1～3年生)

11:00～11:50(小学4～6年生)

Ayako 先生(英会話講師)

英語で遊ぶ時間です！

英語で楽しみたい人、集まれ～♪

【定員】 各クラス15名

【申込み】 ～10/14(水) 【持ち物】 飲み物

【参加費】 無料 ※動きやすい服装でお越し下さい。

姫路市移動児童センター

なかよしランド

10月16日(金) 10:00～12:00

武木田先生による「親子でヨガ体験」

一緒にのびのび！親子でヨガ時間を
楽しみましょう！

【対象】 乳幼児と保護者 【定員】 15組

【持ち物】 動きやすい服装、飲み物

【申込み】 9月16日(水) 9時から

移動児童センター まで

☎079-294-3346 ※日・月曜日は休み

そば打ち教室

11月7日(土) 10:00~13:00

特別講師：玉田 晶久先生(そば打ち名人)

名人による、「そば打ち体験教室」です。
楽しく作って楽しくお食事しましょう

★二八そば(そば粉 8:小麦粉 2)★

【定員】 16名
【材料費】 800円
【申込み】 10/7(水)~10/31(土)
【持ち物】 箸、IPON、三角巾、筆記用具
台布、食器拭き用布、ハンドタオル

キャンセルは2日前までにご連絡下さい。
それ以降のキャンセルは材料費負担になります。



城陽公民館寄席

11月8日(日) 13:30 開演



ふろぐらむ

一、ペナル亭キック
「千早ふる」

二、こころ家遊人
「幾代餅」

※笑いは副作用のない
いちばんの薬です

※事前予約不要
自由参加です

《城陽幼稚園 園児募集》

★令和9年度 園児募集

【受付】 10月1日(木)~10月16(金)

- 『入園願書』は幼稚園にあります。また、姫路市のホームページからもダウンロードできます。
 - 見学も随時受け付けています。
- 事前に城陽幼稚園(224-0417)までご連絡下さい。

★ようちえんで遊ぼう DAY (未就園児どなたでも)

10/13(火) 10:00~11:30

「運動遊びをしよう」ボールやマットを使い、親子で体を使った遊びをします。

事前の予約はいりません。日程が変更になる場合があります。HPでご確認ください。

健康講座

相性の良いヨーグルトは？

自分にあう「マイ乳酸菌」を見つけよう！

11月17日(火) 10:30~12:00

(ツカザキ病院 管理栄養士)

ヨーグルトに含まれる乳酸菌とビフィズス菌の働き、腸内環境への影響を解説し、菌の特徴やプロバイオティクスの活用法、効果が出るまでどのくらいかかるかを解説します。
自分に合う「マイ乳酸菌」を見つけ、腸から健康を保つことを提案します。

【定員】 30名 【申込み】 11/10(火)〆切

【参加費】 無料 【持ち物】 筆記用具、飲み物

石けん作り教室

11月4日(水) 10:00~13:00 柏原 節子先生(手作り石けん講師)

廃油を材料に、無添加の石けんを手作りします。環境にやさしく、がんこな汚れも落とすことができる万能石けんです。食器洗いや掃除(お風呂、トイレ等)にも使えます。

【定員】 12名

【申込み】 10/4(日)~10/28(水)

【材料費】 実費 300円程度(予定) ※牛乳パック1本分

【持ち物】 箸、軍手、ビニール手袋、眼鏡かゴーグル(目を保護する物)、保冷剤(14cm×22cm程度)1個(凍らせる)

日 曜		10月の 行事 と 文化講座	●:いきいき百歳体操(火曜日、木曜日 各9:30～)		
1	木	● 籐工芸(午前)	18	日	リフレッシュヨガ(10:00-11:30) じろりんフォークライブ(13:30-15:30)
2	金	華道[知香流](午前)、カラオケ(午後)、空手道(夜)		19	月
3	土	ゆったりヨガ(午前)	20		火
4	日			21	水
5	月	休館日	22		木
6	火	● リトミック・イングリッシュ(10:00-10:40) 華道[池坊](午前)、箏曲三絃(午後)		23	金
7	水	大正琴(午前)、空手道(夜)	24		土
8	木	● 健美操・コーラス花(午前)		25	日
9	金	ウクレレ(午後)	26		月
10	土			27	火
11	日		28		水
12	月	休館日		29	木
13	火	● たのしいストレッチ(午前)、ハワイアンフラ(夜)	30		金
14	水	茶道・書道(午前)、パソコン・民謡(午後)、空手道(夜)		31	土
15	木	● 籐工芸(午前)	※予定は現時点のもので、変更になる場合があります。		
16	金	なかよしランド(10:00-12:00) 華道[知香流](午前)、カラオケ(午後)、空手道(夜)			
17	土	Englishレッスン♪(10:00-11:00) こぐまの会 ハロウィン(13:30-15:00) ゆったりヨガ(午前)			