



令和8年5月20日
 姫路市立安室公民館
 姫路市御立中3-3-7
 電話・FAX 295-8464
 休館日 毎週月曜日

E-MAIL : yasumuro@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

教養講座・地域講座他

*原則予約不要、受講費無料の講座です

講座名	日時	テーマ	講師
教養	6月 14日 (日) 10:00~	安室校区老人クラブ ふれあい輪投げ大会 *申込は終了しております	校区老人クラブ会長 村上 正勝 様
	6月 16日 (火) 9:00~	安室小学校2年生 校区探検「町たんけん」	日本けん玉協会 日和 康憲 先生
歴史	6月4, 18日 (木) 13:30~	古文書を学ぶ⑤⑥	元中学校長 加茂 幸男 先生
三世代	6月 6日 (土) 14:00~	けん玉教室	日本けん玉協会 日和 康憲 先生
介護予防 認知症・	6月 11日 (木) 13:30~	歌って脳トレ②	音楽療法士 大勢 美智子 先生
健康	6月 19日 (金) 10:00~	要申込 健康体操教室①	体操教室講師 西本 浩三 先生
子育て支援・ 子育て応援	6月 9日 (火) 10:00~	なかよしランド 自由遊び、きせつのわらべ歌遊び、 シアター「でんむしくん」	姫路市移動児童センター
	6月 25日 (木) 10:30~	子育て応援 子どもリトミック&子育て相談	文化講師 上山 真寿美 先生
	6月 23日 (火) 10:30~	親子ふれあい教室 ちびっこたちの防災	姫路市危機管理室 自主防災担当 様 社会福祉協議会安室支部



インスタ

※都合により講座を変更することがありますのでご了承ください

6/19 ~ 健康体操教室 ~

年5回、健康体操教室を開設します。フレイル予防に無理なく身体を動かしませんか。

*日程 6/19、8/21、10/16、12/18、2/19の金曜日 *時間 10:00~11:30

第1回目の申し込みは6/3(水)9:00より 公民館事務所にて。来館順に先着16名



4/24 ~ 健康ウォーク ~

白浜へ移転した中央卸売市場へ見学を兼ねて行ってきました。市場の役割と生鮮食品の流通のしくみ等を学び、その後まえどれ市場で海鮮丼等に舌鼓を打ち心身ともにリフレッシュできました。



5/14 ~ 認知症・介護予防講座 みんなでポッチャ〜

安室地域包括の皆様からゲーム説明を受け、7チームに分かれ初めての方もそうでない方も熱い戦いを繰り広げ和気あいあいと楽しみました。



5/13 ~ 包丁とぎ教室 ~

災害ボランティア加西らんの方々に講師に講義と実習で刃物研ぎを学びました。第一部は「包丁の種類」「刃物はなぜ切れるのかとその理由」また「錆びさせないためには」等を学びました。第二部で講師の丁寧な指導を受けながら、おのおのマイ包丁を真剣に研ぎました。その後新聞紙やトマトで切れ味をチェックしスッパ〜と切れ、すごっ!! 課外授業では出刃、のみ、剪定鋏等も研いでみなさん大満足の笑顔で終わることができました。



~安室小・安室中学校から6月のお知らせ~

安室小学校	安室中学校
6月 3日(水) 芸術鑑賞会	6月 1~5日(月~金) 2年生 トライやる・ウィーク
6月 5日(金) 4年生 校外学習エコパーク網干	6月 22~24日(月~水) 期末考査
6月 12日(金) オープンスクール	6月 25日(木) 部活動壮行会

7月教養講座・地域講座他



日時	テーマ	講師
7月2、16日(木)	古文書を学ぶ⑦⑧	元中学校長 加茂 幸男 先生
7月 4日(土)	けん玉教室	日本けん玉協会 日和 康憲 先生
7月 8日(水)	人権学習	姫路市人権啓発課
7月 9日(木)	認知症・介護予防講座	安室地域包括支援センター
7月 14日(火)	なかよしランド	姫路市移動児童センター
7月 23日(木)	みんなで一緒に遊ぼう&子育て相談	主任児童委員 市村 貴久子 様
7月 28日(火)	親子ふれあい教室 「リズムあそび♪」	モンテッソーリ教育、リトミック講師 藤岡みよし先生 社会福祉協議会安室支部
7月 29日(水)	夏休み電気出前教室(要申込7/4から)	関西電気保安協会
7月 30日(木)	夏休み子ども絵画(要申込7/4から)	文化講師 西谷 純子 先生
7月 31日(金)	夏休み子ども書道(要申込7/4から)	文化講師 芦田 八重美 先生
7月 31日(金)	わんぱくランド工作(要申込7/4から)	姫路市移動児童センター

※都合により講座を変更する場合がありますのでご了承ください