



令和8年7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	8月 1日 (土) 10:00~	夏休み 親子クッキング教室 「親子でまんまる手まり寿司」 *申込は終了しております	姫路地域活動栄養士会 中田 純子 先生 三浦 きわ子 先生
歴史	8月6、20日 (木) 13:30~	古文書を学ぶ⑨⑩	元中学校長 加茂 幸男 先生
三世代	8月 1日 (土) 14:00~	けん玉教室	日本けん玉協会 日和 康憲 先生
認知症・ 介護予防	8月 26日 (水) 13:30~	歌って脳トレ③	音楽療法士 大勢 美智子 先生
健康	8月 21日 (金) 10:00~	要申込 健康体操教室②	体操教室講師 西本 浩三 先生
子育て支援・ 子育て応援	8月 11日 (火) 10:00~	なかよしランド 自由遊び、大型絵本の読み聞かせ、 きせつのわらべ歌遊び 他	姫路市移動児童センター
	8月 21日 (金) 14:00~	はいはいランド 自由遊び、きせつのわらべ歌遊び シアター「がたんごとんがたんごとん」	姫路市移動児童センター
	8月 27日 (木) 10:30~	子育て応援教室 えほんのわらべ歌であそぼう②	ひめじおはなしの会 小早川 美鈴 先生
	8月 25日 (火) 10:30~	親子ふれあい教室 おしえて! せんせい!!	文化講師 中野 珠美 先生 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

8/21 ~ 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
楽しく身体を動かしませんか。 *時間 10:00~11:30

*日程 6/19、8/21、10/16、12/18、2/19の金曜日

8/21(金)の申し込みは8/7(金)9:00より

公民館事務所に。来館順に先着16名



6/19 1回目健康体操教室の様子

6/14 ~ 老人クラブふれあい輪投げ大会 ~

今年も和気あいあいと、輪投げ一投ごとに一喜一憂し、大いに盛り上がりとともに楽しくふれあうことができました。熱い熱い戦いの結果は下の通りです。(敬称略)

団体戦		個人戦	
優勝	横 関	優勝	谷田 勝郎 (横 関)
2位	御 立	2位	小暮 義弘 (横 関)
		3位	松本 一之 (御 立)



7/8 ~人権学習~
インターネットで写真や不確かな情報を気軽に投稿すると、プライバシーの侵害やデマの拡散になり、人権を侵害する場合がありますのでよく注意し、気を付ける必要があることを学びました。



6/16 ~ 安室小学校2年 校区探検「町たんけん」 ~

安室小学校2年生が校区探検にやってきました。クラスごとに来館し、元気いっぱい挨拶してから、館内施設の見学と公民館事業のお話を聞きました。また、けん玉教室の日和先生から指導を受けて、一生懸命に楽しく取り組みました。

☆毎月第1土曜日の2時から「けん玉教室」開催しています。三世代誰でも予約なしで参加できます(参加無料)
*けん玉は貸し出します!



公民館って
どんな所??



安室小・安室中学校から8月のお知らせ

安室小学校	安室中学校
8月 31日(月) 2学期始業式	8月 31日(月) 2学期始業式

9月教養講座・地域講座他



日 時	テーマ	講 師
9月3・17日(木)	古文書を学ぶ⑪⑫	元中学校長 加茂 幸男 先生
9月 5日(土)	けん玉教室	日本けん玉協会 日和 康憲 先生
9月 6日(日)	防災教室	安室消防分団長 西口 拓哉 様
9月 8日(火)	なかよしランド「親子あそび体操」 要申込詳細・申込は移動児童センターまで 8/4(火)9時より定員15組程度 TEL294-3346	姫路市移動児童センター
9月 9日(水)	歴史講座①	歴史研究家 中川 秀昭 先生
9月 10日(木)	認知症介護予防教室	地域包括支援センター
9月 22日(火)	親子ふれあい教室 「おやこあそび・手品・パルーンアートであそぼ!」	まちの子育て広場アドバイザー 林宏明先生 社会福祉協議会安室支部
9月 24日(木)	子どもリトミック&子育て相談③	文化講師 上山 真寿美 先生
9月 24日(木)	医学講座「理学療法士による首のお話」	大室整形外科理学療法士 恒藤慎也先生

※場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