

白鳥公民館だより 令和6(2024)年11月1日

姫路市立白鳥公民館 《月曜日休館》 11月号 No.283

姫路市飾西85-1 TEL・FAX 267-3750

白鳥公民館のホームページへ、QRコードリーダーを使って、是非皆さん一度訪れてみてください！



《 11月の教養講座・地域講座 》 誰でも参加できます！材料費の負担がありますが、基本無料！

講座名	日時	テーマ	講師
1. 楽しい歴史講座	5 (火) 10:00~11:30	100名城巡りからたどる 城郭の歴史	城郭研究家 中川 秀昭先生
2. いきいき高年者教室	12 (火) 10:00~11:30	トキメキの歌 & イキイキ脳トレ ⑦	音楽療法士 大勢 美智子先生
3. 高年者支援教室	14 (木) 9:30~11:30	健康講座 知識寿命をのばす！	パーソナリティー宮本敏幸先生 行政書士 立石和弘先生
4. 元気子ども教室 (子ども料理教室) メニュー： 炊き込みご飯等を、さ つまいも、きのこ他秋の 食材をたっぷり使って和 食を作ります	17 (日) 10:00~12:00 ※ 料理後試食、テイクア ウトも可能です。 ※ アレルギーのある方 は予約時にお申し出く ださい。	秋のおうち和食 ・材料費：800円 ・小学生：定員7名程度 ・11月1日受付開始 ※定員になり次第締め切ります ・材料費の支払い後に予約が完了します。(電話不可) ・キャンセルは1週間前までです。以降は返金できません。 ・持ちもの：エプロン、上靴、三角巾、 ハンドタオル・食器拭きタオル…各1枚	料理研究家 宇治 厚子先生
5. 一般教養講座	17 (日) 13:30~15:30	剪画教室 ② 	剪画作家 山川 和子先生 11月の講座では、来年の干 支の巳を作成します！ 是非、参加しましょう！ (左は、過去の作品です。)
6. 子ども交流教室	26 (火) 10:00~12:00	なかよしランド	移動児童センター指導員
7. 一般教養講座	30 (土) 13:30~15:30	己書教室 ② 	己書姫路道場代表 守家 久美子先生 是非参加して、心を込めた自由な筆文字で年賀 状等を描いてみましょう！


各講座の内容・留意点については、裏面をご覧ください！

◆ 講座の内容 ◆


1. 今回は、日本城郭協会が企画した「日本100名城スタンプラリー」での100名城巡りの中から、代表的な城を選び、城の歴史をたどります。実は、日本の城の歴史は古く、弥生時代の環濠集落にまでさかのぼるなど城郭の歴史を講義いただく予定です。
5. 来年の干支「巳（み）」を題材に、お正月を飾る色紙を作成します。
カッターナイフ・マットをご持参ください。ナイフ300円、マット100円で販売もします。
材料費：300円 定員：約20名 締切：11月10日（日）…要申込み（電話でも可）
7. クリスマスカードや年賀状を、心を込めた美しい筆文字で書いてみませんか!?
材料費：600円 定員：約15名 締切：11月24日（日）…要申込み（電話でも可）
筆ペン（ペンテルなど先の柔らかいもの 色：黒・カラー）をお持ちの方は持参してください。
筆の販売もあります（500円）

◀ 12月の教養講座・地域講座（予告） ▶

講座名	日時	テーマ	講師
楽しい歴史教室	3（火）10:00～11:30	東山焼と刀剣	城郭研究家 中川 秀昭先生
いきいき高年者教室	17（火）10:00～11:30	トキメキの歌 & イキイキ脳トレ ⑧	音楽療法士 大勢 美智子先生
高年者支援教室	18（水）10:00～11:30	地域包括支援センターって!?	大白書地域包括支援センター 小林 秀彦先生
子ども交流教室	24（火）10:00～12:00	なかよしランド	移動児童 センター指導員




白鳥地区防災訓練!!



場所：白鳥小学校 日時：11月3日(日)9:30～

今年は大人と子供に分かれて訓練するよ！
大人は体育館で「震災の語り部」のお話や避難所の設営
子供たちは運動場で消火訓練や消防車との綱引き!!





ふれあいサロン（ふれあい喫茶）（社会福祉協議会白鳥支部事業）

11月は 10日（日）午前9時～11時半 会場は白鳥公民館2階です

モーニングセット150円 10ポイント集めると1回無料