

白鳥公民館だより

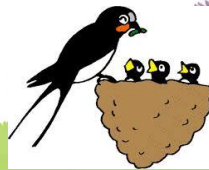
令和7(2025)年5月1日

No.289 5月号

姫路市立白鳥公民館 《月曜日休館》

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！



《 5月の教養講座・地域講座 》

講座名	日時	テーマ	講師
高齢者支援教室	8 (木) 10:00~11:30	「健康づくり栄養」① 止められる老化のポイント！	明治安田生命 チーフコンシェルジュ 岡本 仁子先生
いきいき高齢者教室	13 (火) 10:00~11:30	トキメキの歌 & イキイキ脳トレ ②	音楽療法士 大勢 美智子先生
子ども交流教室	27 (火) 10:00~12:00	なかよしランド ～就学前の乳幼児対象～	移動児童センター 指導員

《 6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	4 (水) 10:00~11:30	黒田家（官兵衛）のルーツ	元市史編集委員 出口 隆一先生
いきいき 高齢者教室	10 (火) 10:00~11:30	トキメキの歌 & イキイキ脳トレ ③	音楽療法士 大勢 美智子先生
高齢者支援教室	17 (火) 10:00~11:30	「健康づくり栄養」② 不足している栄養素を知る	明治安田生命 チーフコンシェルジュ 岡本 仁子先生
お父さんの料理教室	22 (日) 10:00~12:00	初夏の家庭料理	料理研究家 宇治 厚子先生
 ・材料費：1,000円 ・定員：12名 ※定員になり次第締め切ります。 ・受付：6月10日より ・キャンセルは1週間前まで。以降は返金できません。 ・持ち物：ハンドタオル・食器拭きタオル…各1枚、エプロン、三角巾			
子ども交流教室	24 (火) 10:00~12:00	なかよしランド ～就学前の乳幼児対象～	移動児童センター 指導員
元気子ども教室	29 (日) 10:00~12:00	手作りパン	料理研究家 宇治 厚子先生
(子ども料理教室) メニュー：ウィンナー ロールとコーンマヨ パン 各3個	*焼きたてを試食し、残りは持ち帰ります ※アレルギーの方は予約時にお申し出ください ・材料費：1,000円 ・小・中学生：定員7名程度 ・6月17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、キャンセルは1週間前まで、以降は返金できません。エプロン、上靴、三角巾、ハンドタオル、食器拭きタオルを各1枚ご用意ください。		



ふれあい喫茶

毎月 第2日曜日に開催

5月は11日 午前9時~11時半

モーニングセット **150円**

会場は白鳥公民館2階です

《 公民館へ出かけてみませんか? 》

公民館におきましても、様々な講座を積極的に開催する予定であります!!
是非この機会に、各種講座に参加して、新たな体験を始めてみませんか?!

令和7年度（2025年7月～2026年3月）教養講座・地域講座一覧

月	教 養 講 座	地 域 講 座				
		いきいき 高年者教室	高年者支援教室	歴史教室	子ども 交流教室	元気子ども教室
7	剪画教室① 6(日) 己書教室① 12(土) 香りの講座① 24(木)	トキメキの歌 8(火)	健康づくり応援 ① 10(木)	小寺職隆の 姫路支配 2(水)		ドミノ大会 5(土) わんぱく 工作教室 22(火)
8	お父さんの 料理教室② 24(日)			黒田官兵衛と 羽柴秀吉 6(水)	なかよしランド 26(火)	
9	香りの講座② 25(木)	トキメキの歌 9(火)	健康づくり応援 ② 11(木)	皿屋敷伝説と お菊 3(水)	なかよしランド 30(火)	
10		トキメキの歌 14(火)	栄養と健康	北前船と播磨の 船主集落 1(水)	なかよしランド 28(火)	
11	剪画教室② 16(日) お父さんの料理教室③ 23(日) 己書教室② 29(土)	トキメキの歌 11(火)		高田屋嘉兵衛と工楽 松右衛門 5(水)	なかよしランド 25(火)	子ども料理教室 16(日)
12	人 権	トキメキの歌 9(火)	認知症予防 12(金)	兵庫津の歴史と兵庫 県のあけぼの 3(水)	なかよしランド 23(火)	輪投げ大会 12(金)
1		トキメキの歌 13(火)			なかよしランド 27(火)	
2		トキメキの歌 10(火)	認知症予防① 12(木)	秀吉の弟・ 豊臣秀長 4(水)	なかよしランド 24(火)	
3	お父さんの料理教室④ 22(日)	トキメキの歌 10(火)	認知症予防② 12(木)	江戸城大奥 と徳川将軍 4(水)	なかよしランド 24(火)	

実施日・内容は予定です。詳細については公民館だより当月号で、概要については前月号でお知らせします。
実施日が空白の講座は日時調整中です。

《 講座生募集!! 》

「繋がる・連なる驚きと不思議な世界」

『連鶴』教室 講師：尾崎 京香先生

第3水曜日 13:30～15:00

連鶴とは、1枚の和紙に切り込みを入れ、繋がった正方形を2片以上作り、それぞれの片で折り鶴を折ることです。

連ねて折ることによりびっくりするくらい、色々な形になります。

おしゃべりをしながら、指先と頭を使って、脳に刺激を与え素晴らしい作品を作ってみませんか。

