

白鳥公民館だより

令和7(2025)年10月1日

No.294 10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

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！



白鳥公民館文化講座 作品展示発表会！！

**10月23日(木)～29日(水)の間、大白書中学校のオープンスクール開催に併せて、
中学校の展示ブースをお借りして、公民館の文化講座で学ばれている皆様の作品を展示
・発表していただきます。是非、この機会に中学校の見学も兼ねて、公民館の講座生の
頑張りを見て頂ければと思います！**



【昨年の展示風景】

《 10月の教養講座・地域講座 》

講座名	日時	テーマ	講師
1. 楽しい歴史教室	1 (水) 10:00～11:30	北前船と播磨の 寄港地・船主集落	城郭研究家 中川 秀昭先生
2. いきいき高年者教室	14 (火) 10:00～11:30	トキメキの歌 & イキイキ脳トレ⑥	音楽療法士 大勢 美智子先生
3. 元気子ども教室	19 (日) 9:30～11:30	ドミノ大会	白鳥小学校PTA
4. 子ども交流教室	28 (火) 10:00～12:00	なかよしランド	移動児童 センター指導員

【講座の内容】

1. 日本遺産「荒波を越えた男たちの夢が紡いだ異空間ー北前船寄港地・船主集落」は、当初11認定自治体から発足しましたが、多くの自治体が名乗りをあげ、令和6年度現在、認定自治体は52市町にのぼっています。その中でもわが播磨では、飾磨津、坂越、室津、高砂など北前船にかかる特色ある文化財・遺構が多く残されています。そこで、まず、荒波を越え男たちが夢を紡いだ北前船とはどのような船だったのか、また、今に残る播磨の寄港地・船主集落の遺構の数々を紹介いただく内容の講義を予定してます。
2. 高齢者における特徴の一つに、昔のことはよく覚えているのに、昨日のことは思い出せない・覚えていない。このようなことはよくある話ですが、昔懐かしい音楽を通じて、脳の血流を活性化させるのは、認知症予防に繋がることから、声を出して歌ってみましょう！
声を出すことは、老化防止や認知症予防に効果的です。是非、懐かしい歌をみんなで歌うことによって、楽しみながら老化や認知症を防ぎましょう！
4. 首すわりから小学校に入学するまでのお子さんが対象です。おもちゃでの自由遊び、体操や季節のわらべうた遊び、そしてミニシアターで「ワンツーパーツ」の上映を予定しています。
予約不要、無料ですので、是非気軽に参加してください！

<< 11月の教養講座・地域講座（予告） >>

講座名	日時	テーマ	講師
楽しい歴史講座	5（水）10:00～11:30	高田屋嘉兵衛と 工楽松右衛門	城郭研究家 中川 秀昭先生
いきいき高年者教室	11（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
元気子ども教室 （子ども料理教室）	16（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。	クリスマスのご馳走料理 ・材料費：800円 ・小・中学生：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、三角巾など	料理研究家 宇治 厚子先生
一般教養講座	16（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、来年の干支の馬を作成します！ 是非、参加しましょう！ （左は、過去の作品です。）
お父さんの料理教室	23（日）10:00～12:00	年末のご馳走料理	料理研究家 宇治 厚子先生
子ども交流教室	25（火）10:00～11:30	なかよしランド	移動児童センター指導員
高年者支援教室	28（金）14:00～15:00	「シニア世代の食と栄養」 健康で自立した生活のために！	酒井病院 栄養課 栄養士 東 早加先生
一般教養講座	29（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

白鳥地区防災訓練に参加しよう！



日時:11月3日(月・祝)

9:00～11:30

場所:白鳥小学校

内容(予定):避難訓練、消火訓練等



ふれあいサロン 10月は12日(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

10ポイント集めると1回無料