

白鳥公民館だより 令和7(2025)年11月1日

姫路市立白鳥公民館 《月曜日休館》 11月号 No.295

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 (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
2. 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
3. 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	料理研究家 宇治 厚子先生
		・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、 ハンドタオル・食器拭きタオル…各1枚	
4. 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。)
5. 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
6. 子ども交流教室	25 (火) 10:00~12:00	なかよしランド	移動児童センター指導員
7. 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 管理栄養士 東 早加先生
8. 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
			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. 嘉兵衛は淡路・都志、松右衛門は播磨・高砂の出身で、ともに兵庫津に出て北前船の船乗りになり、やがて直乗り船頭に昇進し、豪商・廻船問屋として蝦夷地との交易や開発などにも貢献しました。また、松右衛門は丈夫な「松右衛門帆」を開発、さらには、択捉島、鞆の浦、高砂浦の築港工事でも活躍しました。今回は、司馬遼太郎作『菜の花の沖』や玉岡かおる作『帆神一北前船を馳せた男』と小説でも取り上げられた二人の豪商・偉人の生涯をたどります。
4. 来年の干支「馬」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9日（日）…要申込み（電話でも可）
7. 今回は、酒井病院から管理栄養士の東講師をお招きして、「シニア世代の食と栄養」～健康で自立した生活のために～についてご講義いただきます。
健康に食は必須であり、年代とともにその内容は変化していきます。年代に応じた食生活の重要性を認識するとともに、健康であり続ける食のポイントについてご講義いただきます。
8. 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16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（水）10:00～11:30	兵庫津の歴史と 兵庫県のあけぼの	城郭研究家 中川 秀昭先生
いきいき高年者教室	9（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	11（木）10:00～11:30	介護保険制度のこれから	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	23（火）10:00～12:00	なかよしランド	移動児童 センター指導員



白鳥小学校2年生

町探検

いつも元気いっぱい！ 白鳥小学校2年生
41名が「町探検」で白鳥公民館にやってきました！






白鳥地区防災訓練！！

白鳥小学校で 11月3日（月・祝）9:00～





ふれあいサロン 11月は 9日（日）午前9時～11時半