

# 大塩公民館だより

電話・Fax 079-254-3178 月曜日休館

〒671-0102 姫路市大塩町汐咲1丁目39番地

8月号 令和7(2025)年 NO.463

E-mail : ooshiokm@hi-net.city.himeji.hyogo.jp



「先の見えない暑さ!」にはうんざりしますが、「先の見えないミサイル攻撃!!」は、どれほどの恐怖か想像もつきません。遠い世界と思わず、どこの国であっても日々のくらしが平和でありますよう、願うばかりです

今年度の文化講座発表会では、ステージ発表をお休みしまして展示・イベントを中心に開催する予定です。7月号でもお知らせしました通りですが、詳しい内容につきましては、公民館だより 10月号に掲載させていただきます。何かございましたらお問合せください。

## 令和7年 8・9月の講座

### 【教養講座】

#### \* スマホセミナー ソフトバンク

9/12(金)13時30分～15:00 2階会議室

「スマホで始めよう!災害の備え」

- ・防災にスマホを役立てよう
- ・防災/災害時の便利な使い方他、もっと便利に

※無料 申し込み受付 8/2～ 先着 20名

#### \* 陶芸教室

9/13(土)9:30～11:30 汐の里

講師:福田 隆行 氏

手びねりで作るおなじみの講座です。今までに参加された方も、一味ちがう作品にチャレンジしてみませんか?! いい時間をお過ごしいただけます。持ち物:ぞうきん、へら、新聞紙

※材料費 500 円(当日)

申し込み受付 8/2～ 先着 10名

#### \* 講演会

「姫路も高齢化にチャレンジする!」

9/20(土)14時～ 2階会議室

講師:飯島 義雄(いいじまよしお)氏

元姫路市副市長・元関西学院大学客員教授  
大塩も高齢化の波が押し寄せています。「買い物はどうするか?医者通いをどうするか?住み慣れたこの場所でいつまでも暮らしたい。」こんな

お声を高齢の方からよくお聞きします。高齢化が進むと様々な問題が出てきますが、どうしたら高齢化を乗り越えられるか、皆さんと一緒に考えます。姫路市の約70の校区の現状を、自転車にまたがり全てみてきた講師が、やさしく解説します。

#### \*夏休み電気工作教室 20名余

関西電気保安協会

8/1(金) 10時～11時半 汐の里

楽しくかんたんな実験と工作で電気について学びませんか。安全な電気の使用法もわかります。小学生はもちろん大人もご一緒にご参加下さい。まだ、数名空きがあります。

#### \*夏休み 子どもクッキング

8/2(土) 9時半～12時 調理室

多数のお申込ありがとうございました。今回は定員になりました。欠席される場合、連絡をお願いします。

#### \*健康教室 井野病院

8/5(火)14:00～ 汐の里

テーマ「熱中症について」

講師:健康教室委員会

8/19(火)14:00～ 汐の里

テーマ「骨こつアプローチでいい骨作ろう」

～骨粗しょう症の予防と早期発見～

〈食事と運動〉 〈検査について〉

講師:看護師(骨粗鬆症マネージャー)

管理栄養士、理学療法士

※ お申込不要・無料

## 【 地 域 講 座 】 以下お申込み不要・無料

### \*健康音楽教室

8/1、9/5(金) 13時30分～15時 2階 講師:水砂 恵 氏

### \*健康寿命をのばす健康講座

8/9 (土)14:00～15:00 2階会議室 講師:松尾 拓也 氏

「健康寿命をのばすヒントやコツ」を簡単体操や脳トレをとおして学ぶことができます。10, 12, 2月にも開催します。続けてのご参加お待ちしております。

### \*骨盤体操教室

9/6(土)10:00～ 2階会議室 今後は11, 1, 3月開催です

講師:北井 いくみ 氏 カイロプラクター、整体師、健康管理士

「最後の日まで自分の足で歩いて好きな所へ行こう!」をコンセプトにゴムを使って骨盤・背骨を整え、股関節の動きを良くする体操をします。いろんな健康情報もお伝えしながら、体操後、健康相談等お受けします。準備物:汗拭きタオル、水分、お持ちの方ヨガマット

### \*医療講座 高砂西部病院

9/11(木)13:30～14:30 2階会議室 内容は9月号でお知らせします!

### \*FMげんきラジオ講座

9/12(金)13:30～ 講師:宮本敏幸 DJ 毎週日曜日あさ7:00～8:00 放送中「なんでも困り事相談!」介護、医療、高齢者情報、お仕事、終活などの困り事を親切丁寧に解決する番組です。

## 【 子育て支援事業 】



### \*子育てサロン 毎月第1～3火曜日 10時～12時

8/5 水遊び 8/12 親子リトミック 葛川結子先生のご指導のもと音楽に合わ

8/19 水遊び せて身体を動かします。お子様と一緒にどなたでも参加できます

### \*移動児童センター 毎月第4水曜日 10時～12時

8/27 なかよしランド おもちゃ自由遊び、体操や季節のわらべ歌遊び、大型絵本

## 【 社 協 事 業 】

\*ふれあい食事会 毎月第2木曜日 8/21(第2木曜はお盆のため変更しています)、9/11

\*おきがるサロン 毎月第4土曜日 8/23 9/27 10時半～ なくなり次第終了

### 大塩七夕星まつり「たなばたさん」 8/6, 8/7

地域の伝統を後世に伝えていこうと大塩地区連合自治会主催のもと「大きな縁(塩)のまちづくり実行委員会」が企画の七夕星まつりも、はや5年目をむかえることとなりました。その年ごとに七夕さんを見に来られた方とのふれあえた時間も大切に思えます。

今年も大きな七夕飾りをしつらえます。楽しいスイカ割りやかき氷、また夜には星空観賞など企画しております。チラシをご覧ください。皆様どうぞお越しください。メンバー同、お待ちしております。(チラシは公民館にあります)

●お問い合わせ: 濱田 090-8826-0563 三木 090-1959-3100●



### 【 ご報告とお礼 】 大塩小2年生 7/1(火) 公民館見学「みんなで使うところを見学しよう」

輪投げ講座で輪投げに初挑戦、子育てサロンで、七夕かざり・幼い子たちとの交流など、貴重な体験をさせていただきました。

