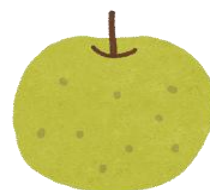


曾左公民館だより(9月号)



未来に向かって集い 学び 元気を生み出す 公民館
令和8年(2026年)8月20日発行《第450号》姫路市立曾左公民館(月曜休館)
〒671-2201 姫路市書写 2961-1 TEL・FAX.266-8736
E-mail:sosa-kmn@hi-net.city.himeji.hyogo.jp



カラー版は 左のQRコード または [そさこうみんかん](#) 曾左公民館ホームページをご覧ください

9・10月の教養講座・地域講座 どなたでも参加できます (「男の料理教室」は申込みが必要です)

講 座 名	日 時	テ ー マ ・ 内 容	講 師 (出 演)
 歴 史 教 室	9月12日(土) 13:30~15:00	西坂本の歴史 裏面もご覧ください	歴史研究家 山下 藤吉 様
 男の料理教室	9月15日(火) 10:00~12:00	秋の料理を作ります エプロン、三角巾、タオル持参	文化講座講師 細岡 恵子 様
 読 書 教 室	9月17日(木) 10:00~11:30	芭蕉はがまんでできない 関口 尚(集英社文庫)	図書館事業後援会 副会長 黒津美智子先生
 健 康 教 室	9月18日(金) 10:00~11:30	75歳以上の健康保険 裏面もご覧ください	姫 路 市 後期高齢者医療保険課 堤 大樹 様
 昭和歌謡バンド コンサート	9月27日(日) 13:30~15:00	懐かしい昭和の歌謡曲を お届けします 裏面もご覧ください	マイク川口 & THE MIX 様
 読 書 教 室	10月1日(木) 10:00~11:30	老坂クリニック 南 杏子(講談社文庫)	図書館事業後援会 副会長 黒津美智子先生
 健 康 教 室	10月16日(金) 10:00~11:30	公民館の保健室 「がんを防ぐ?生活習慣」 詳細は来月号でご案内します	前 安室公民館長 元 看護師長 花田 明美 様
 あの素晴らしい 歌をもう一度	10月25日(日) 13:30~15:00	人気デュオと 懐かしい歌を楽しもう! 詳細は来月号でご案内します	中西 功 様 高坂由美子様
 懐かしの歌で リフレッシュ&脳トレ	10月27日(火) 13:30~15:00	音楽の力を活用して 健康増進を図りましょう!	ルーチェリトミック 音楽療法士 原田 美代子先生

9月の社会福祉協議会 行事のご案内



ふれあい給食

新規参加希望の方は
地域の民生委員へ

9月28日(月)
11:30~13:30
曾左公民館2階



あんぱんまん広場

ミニ運動会:体を動かし
楽しく遊びましょう!

9月26日(土)
10:00~12:00
曾左幼稚園 遊戯室



ふれあいサロン

100円で
飲み物にトースト・
ヨーグルト・ゆで卵付き

9月20日(日)
9:30~11:30
曾左公民館2階



なかよしランド

おもちゃで自由遊び、体操、
わらべうた、シアター
「ふうせんのうた」

9月1日(火)
10:00~11:30
曾左公民館1階
次回 10月6日

9月の講座案内

歴史講座

「西坂本の歴史」

9月12日(土) 13:30~15:00

場所: 曾左公民館 2階会議室

講師: 山下 藤吉 様

(西坂の歴史研究家)

曾左の小さな地域エリアの中でも、「西坂・東坂・田井」各村の人間の気質が異なります。圓教寺と戦国武将赤松氏とによって翻弄され、悲慘な生活を強いられた西坂本の祖先の歴史を知ってほしいと思います。



健康教室

75歳からの健康保険

9月18日(金)

10:00~11:30

姫路市後期高齢者医療保険課

75歳になると社会保険や国民健康保険とは別の後期高齢者医療制度に加入します。

制度の仕組み、自己負担、受けられる給付、保険料、健康診査等について説明します。

昭和歌謡バンド ライブ コンサート

マイク川口 & THE MIX

9月27日(日) 13:30~



予定曲

青春時代、思い出の渚
スワンの涙、ブルーシャトー
真っ赤な太陽、愛燦燦
上を向いて歩こう、北国の二人
センチメンタルカーニバル
夕日が泣いている 他

7月の講座から

夏休み子ども教室を開催しました

夏休み恒例のこども教室。5つの教室を開催しました。講師の指導で楽しみながら作品を作ったり遊んだりしました。来年も夏休み子ども教室の開催を予定していますので是非ご参加ください。

ちぎり絵



親子料理



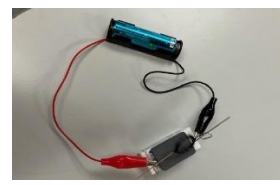
フラワーアート



独楽(こま)



電気工作



トピックス

第3回曾左フェスティバル



7月25日(土)、書写中央公園で第3回曾左フェスティバルが連合自治会主催で開催され、多くの人にお越しいただきました。今年作られた書写音頭にあわせた盆踊りの参加者もたくさんおられました。

来場の方々、出演者、準備をされた関係団体の皆さんお疲れさまでした。