

城乾公民館だより

令和 7 年 9 月 25 日
姫路市立城乾公民館
姫路市南新在家 6-1
☎ 297-6625



10 月の講座



【教養講座】 「AED の使い方教室」

- ・日時 10 月 31 日(金) 10:50~11:30
- ・講師 姫路東消防署の皆さん

万一の場面に遭遇したときに慌てないよう心肺蘇生法と AED の使い方を練習します。リーダーの会に引き続き行いますが、一般の方も参加可能です。事前にお電話でお申し込みください。

【地域講座】 歴史教室

「お菊さんの話 —城下町の皿屋敷—」

- ・日時 10 月 3 日(金) 13:30~15:00
- ・講師 埴岡 真弓 先生(播磨学研究所)

姫路をはじめ江戸、彦根、尼崎など城下町に多く残る皿屋敷伝承について紹介します。中でも有名なのは播州姫路が舞台の「播州皿屋敷」です。

【地域講座】 いきいき教室 「男の料理(3)」

- ・日時 10 月 10 日(金) 10:00~12:00
- ・講師 姫路市保健所 いずみ会の皆様

新鮮な食材を使って楽しく料理を作ります。材料費は 800 円。受付は 9 月 26 日(金)~10 月 8 日(水)です。準備物はエプロン、三角巾、布巾 2 枚です。

【地域講座】 いきいき教室 「民謡を楽しもう」

- ・日時 10 月 2 日(木) 14:00~15:00
- ・講師 北本 美喜 先生(文化講座講師)

「民謡」の文化講座で活動する皆さんが城乾公民館北側にあるライフパートナー新在家で演奏会を行います。童謡から民謡、懐メロまで様々な曲を演奏して楽しんでいただきます。

【地域講座】 健康教室 「ストレッチ体操(6)」

- ・日時 10 月 8 日(水) 13:30~15:00
- ・講師 柴田 百代 先生(アイ・ビー・シーストレッチ代表)

爽やかなスポーツの秋がやってくる頃です。ストレッチ体操で身体と心の疲れを取り、秋を満喫しましょう。事前の申込は不要です。体操ができる服装、運動靴とヨガマットをご持参ください。

【地域講座】 子ども教室 「なかよしランド(6)」

- ・日時 10 月 15 日(水) 10:00~12:00
- ・講師 移動児童センター 職員

おもちゃを使った自由遊びや体操、季節のわらべ歌あそびのほかシアター「ワンツーパーンツ」を予定しています。申込は不要です。お気軽にお越しください。

【地域講座】 子ども教室 「音楽教室」

- ・日時 10 月 2 日(木) 9:25~12:00
- ・講師 岩澤 昭子 先生(音楽指導者)

音楽会を控えた城乾小学校の 3 年生~6 年生に岩澤先生が直接歌唱指導をします。短い時間ですが、子ども達の声の出し方が変わります。

今月の絵手紙



10 月の
城乾らくらくサロン
25 日(土)

9:00~11:30

参加費: 150 円です。

お友達、お知り合いとお誘いあわせの上、是非ご一緒にご参加ください。お待ちしております。

令和 7 年 11 月の講座・行事予定

【教養講座】 「フルート演奏を楽しもう」

- ・日時 11 月 9 日(日) 13:30~15:00
- ・講師 フルーツアンサンブル「楽」の皆さん

昨年初めて開催して大好評だった素敵なフルートの演奏を今年もお楽しみいただきます。芸術の秋にふさわしいコンサートです。事前の参加申込みが必要です。10 月 25 日(土)より受付開始。公民館まで。

【地域講座】 歴史教室

「十二所神社とその周辺の散策、見学」

- ・日時 11 月 14 日(金) 13:00~15:00
- ・講師 埴岡 真弓 先生(播磨学研究所)

お菊さんを祀る十二所神社から出発し、大蔵前公園、備前門跡、魚町(光明寺)、堅町長壁神社まで歩きます。10 月の講座に参加されていない方も参加できます。歩きやすい服装でご参加ください。

【地域講座】 歴史教室 「姫路藩の海防と台場の築城」

- ・日時 11 月 21 日(金) 10:00~12:00
- ・講師 石塚 太喜三 先生(好古学園講師)

幕末の欧米の脅威に対し、海岸線の防備が課題であった。藩は家島・室津など 6 か所に台場を築き、遠見番所を置きます。台場の規模や装備などから姫路藩の海防策を考えています。

【地域講座】 健康教室 「ストレッチ体操(7)」

- ・日時 11 月 12 日(水) 13:30~15:00
- ・講師 柴田 百代 先生(アイ・ビー・シーストレッチ代表)

ストレッチ体操で心身の体調を整え、深まりゆく秋を楽しみましょう。

【地域講座】 子ども教室 「はいはいランド(3)」

- ・日時 11 月 4 日(火) 14:00~15:00
- ・講師 移動児童センター 職員

親子ふれあい遊びや体操、季節のわらべ歌あそびのほかシアター「どんぐりころころ」を予定しています。

【地域講座】 子ども教室 「なかよしランド(7)」

- ・日時 11 月 19 日(水) 10:00~12:00
- ・講師 移動児童センター 職員

自由遊びや体操、季節のわらべ歌あそびのほかシアター「はらぺこあおむし」を予定しています。

※ 公民館は月曜日がお休みです。

10月 城乾公民館講座予定一覧

日	曜日	午前(10:00～11:30)	午後(13:30～15:00)
1	水		太極拳(経験者)
2	木	実用暮らしの書 絵手紙A 着付け 子ども教室「音楽教室」	太極拳(初心者) 民謡(12:30～) いきいき教室「民謡を楽しもう」
3	金		地域講座「お菊さんの話ー城下町の皿屋敷ー」
4	土	パソコン(10:30～) しらさぎ商品券説明会	
5	日	コーラス	会議室開放(自習室)
6	月	休館日	
7	火	くらしの花	
8	水	3B体操	健康教室「ストレッチ体操(6)」
9	木	論語	気功体操 脳トレパズル
10	金	いきいき教室「男の料理(3)」	茶道Ⅱ
11	土	ヨガ 茶道Ⅰ	茶道Ⅰ 発声体操
12	日	秋祭り利用	
13	月	休館日	
14	火	人形劇 絵手紙B	スケッチ
15	水	子ども教室「なかよしランド(6)」	太極拳(経験者)
16	木	実用暮らしの書 絵手紙A 着付け	太極拳(初心者) 民謡
17	金		総合手芸
18	土	パソコン(10:30～)	
19	日	コーラス	会議室開放(自習室)
20	月	休館日	
21	火	くらしの花	
22	水	3B体操	
23	木	論語	気功体操 脳トレパズル
24	金	ヨガ	茶道Ⅱ 総合手芸
25	土	城乾らくらくサロン	茶道Ⅰ 会議室開放(自習室)
26	日	会議室開放(自習室)	発声体操
27	月	休館日	
28	火	人形劇 絵手紙B	スケッチ
29	水		
30	木		
31	金	第2回リーダーの会(「AEDの使い方講座」)	

☆10月 会議室開放日(自習室)のお知らせ☆

【日時】

- | | | |
|-------|--------------------|---------------------|
| ・(午前) | <u>9:00～12:00</u> | 26日(日) |
| ・(午後) | <u>13:00～17:00</u> | 5日(日) 19日(日) 25日(土) |