



## 7 月の講座



### 【教養講座】「豊かな老後のためのお金の話」

- ・日時 7月3日(金) 10:00~12:00
- ・講師 金融経済教育機構 職員

老後を有意義にするために、経済的に自立し、よりよい生活を送るための『お金に関する知識や判断力(金融リテラシー)』を身に付けていきましょう。老後の生活設計には『経済力・健康・生きがい』の3つが充実していることが大切です。特定の金融商品への勧誘や誘導は一切ありません。老後の生活について一緒に考えてみませんか。

### 【地域講座】歴史教室「安政の東南海地震について」

- ・日時 7月17日(金) 10:00~11:30
- ・講師 石塚 太喜三先生(好古学園講師)

1854年東海地震がおきます。その5日後に南海地震が発生し、東海地方から大坂、四国、九州に大きな被害をもたらします。この連動する地震を安政の東南海地震といいます。御朱印改めのために江戸に滞在していた姫路英賀神社の馬場加賀守が江戸からの帰国途中に各地の被害状況を記録しています。この記録をもとに安政の東南海地震について考えてみます。

### 【地域講座】いきいき教室「男の料理(2)」

- ・日時 7月10日(金) 10:00~12:00
- ・講師 姫路市保健所 いずみ会の皆様

楽しい仲間と楽しく料理を楽しみましょう。作る楽しさ、語らう楽しさ、食べる楽しさの3つの楽しさがあります。6月28日(金)から受付開始。材料費800円。準備はエプロン、布巾2枚、三角巾です。

### 【地域講座】健康教室「ストレッチ体操(4)」

- ・日時 7月8日(水) 13:30~15:00
- ・講師 柴田 百代先生(AI・B・Cストレッチ代表)

暑くなってきました。ストレッチ体操でしっかり体調を整えましょう。事前の申込は不要です。運動ができる靴と服装、ヨガマットをご用意下さい。

### 【地域講座】子ども教室「なかよしランド(4)」

- ・日時 7月15日(水) 10:00~12:00
- ・講師 移動児童センター 職員

いつもの遊びや体操、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。申込は不要ですので、お気軽にお越しください。

### 【地域講座】子ども教室「はいはいランド(1)」

- ・日時 7月7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、季節のわらべ歌あそびのほかシアター「まあるいたまご」を予定しています。申込は不要ですので、お気軽にお越しください。

## 今月の絵手紙



### 7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。  
お誘いあわせの上、是非ご参加ください。お待ちしております。

## 令和8年8月の講座・行事予定

### 【教養講座】 スマホ活用教室

- ・日時 8月7日(金) 10:00~11:30
- ・講師 高齢者支援課

「スマホは持っているが、使い方がまだよく分からない」と言われる方は多いと思います。そのような方対象のスマホ活用教室です。個人的なお困りごとにも対応する講座です。「こんなことは恥ずかしくて聞けない」と思われたことのある方でも大歓迎です。7月21日(火)より受付開始。無料です。

### 【地域講座】 歴史教室

#### 「安政の江戸地震 —新吉原の被害—」

- ・日時 8月21日(金) 10:00~11:30
- ・講師 石塚 太喜三先生(好古学園講師)

安政の東南海地震の翌年、1855年今度は江戸直下型地震「安政の江戸地震」が起き江戸の町に大きな被害をもたらします。NHKの大河ドラマ「べらぼう」の舞台となった新吉原がどのような被害を受けたのかを見ていきます。

### 【地域講座】 子ども教室 「わんぱくランド」

- ・日時 8月19日(水) 10:00~11:30
- ・講師 移動児童センター 職員

今年は①くるっと!紙コップブーメラン ②トコトコ上り人形 から1つ選んで作ります。材料や申込期間など詳しくは小学校で配布される申込用紙をご覧ください。夏休みの工作になるかもわかりませんよ。小学生対象ですので、幼児は対象外です。

### 【地域講座】 子ども教室 「親子料理教室」

- ・日時 8月8日(土) 9:30~12:00
- ・講師 姫路市保健所 いずみ会の皆様

時間に余裕のある夏休みに親子、兄弟姉妹で楽しく料理を作ってみてはどうでしょうか。きっと夏休みの思い出になると思います。親子でも、兄弟姉妹など子ども達だけでもOKです。7月21日(火)より受付開始。材料費1人700円。準備物はエプロン、三角巾、布巾2枚です。先着6組限定です。

※ 公民館は毎週月曜日がお休みです。

7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	太極拳(初心者)
3	金	<b>教養講座「豊かな老後のためのお金の話」</b>	総合手芸
4	土	パソコン(10:30~) <b>会議室開放(自習室)</b> →	
5	日	コーラス	<b>会議室開放(自習室)</b>
6	月	休館日	
7	火	くらしの花	<b>子ども教室「はいはいランド(1)」</b>
8	水	やさしい3B体操	<b>健康教室「ストレッチ体操(4)」</b>
9	木	論語	気功体操 脳トレパズル
10	金	<b>いきいき教室「男の料理(2)」</b>	茶道Ⅱ
11	土	ヨガ 茶道Ⅰ	茶道Ⅰ 発声体操
12	日		
13	月	休館日	
14	火	人形劇 絵手紙B	スケッチ
15	水	<b>子ども教室「なかよしランド(4)」</b>	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)
17	金	<b>歴史教室「安政の東南海地震について」</b>	総合手芸
18	土	パソコン(10:30~) <b>会議室開放(自習室)</b> →	
19	日	コーラス	<b>会議室開放(自習室)</b>
20	月	休館日	
21	火	くらしの花 <b>会議室開放(自習室)</b>	
22	水	やさしい3B体操	<b>会議室開放(自習室)</b>
23	木	論語 <b>会議室開放(自習室)</b>	気功体操 脳トレパズル
24	金	ヨガ	茶道Ⅱ <b>会議室開放(自習室)</b>
25	土	<b>城乾らくらくサロン</b>	茶道Ⅰ <b>会議室開放(自習室)</b>
26	日	<b>会議室開放(自習室)</b>	発声体操
27	月	休館日	
28	火	人形劇 絵手紙B	スケッチ
29	水	<b>会議室開放(自習室)</b> →	
30	木	<b>会議室開放(自習室)</b> →	
31	金	<b>会議室開放(自習室)</b> →	

☆7月 会議室開放日(自習室)のお知らせ☆

【日時】

・(終日)	9:00~17:00	4日(土)	18日(土)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
・(午前)	9:00~12:00	21日(火)	23日(木)	26日(日)		
・(午後)	13:00~17:00	5日(日)	19日(日)	22日(水)	24日(金)	25日(土)