



# 城東公民館だより

## <8月 教養・地域講座等の紹介>

<地域講座> 学び再発見教室

### 江戸時代の宗教統制

日 時：8月20日（木）13時30分～15時

講 師：神村嘉文先生（好古学園大学校講師）

定 員：30名（先着順）

申込方法：公民館窓口又は電話で

江戸時代以前の宗教勢力は、守護大名や戦国大名を苦しめるほどの、いわゆる強大な「抵抗勢力」でした。そうした宗教勢力を制御するために、幕藩体制の為政者がとった宗教統制政策を概観します。

<地域講座> ゆったり健康教室

### 自分で身体ほぐし(2)

筋肉の「使い過ぎ」又は「全く使わない」ことにより、筋肉が固まり血管や神経を圧迫し、血流が悪くなり老廃物が溜まります。

そこで、セルフストレッチを覚え、身体をほぐし、日頃の悩みを解決しませんか。

日 時：8月28日（金）13時～14時30分

講 師：下谷大樹さん

（沖縄船越少林流空手古武道協会姫路支部長）

定 員：15名

参加費：無 料

申 込：公民館窓口又は電話で（先着順）

用意するもの：敷物（バスタオルで可）、  
タオル、水分補給の飲物



<教養 講座> **納涼寄席**

### 笑って 笑って 猛暑を吹っ飛ばせ

日 時：8月9日（日）10時開場 10時30分開演

出 演：竜宮亭無眠 『お楽しみ』

第9回落語国際大会 in 千葉 優勝

2011, 2019, 2023 社会人落語日本一

決定戦7人対決

舞寿亭みっきー 『ちりとてちん』

定 員：60名

参加費：無 料

申 込：公民館窓口又は電話で（先着順）

### 城東にこにこ広場

日 時：8月25日（火）10時～11時30分

対 象：首すわりから就学前の子どもと保護者

活 動：水遊びを予定しています。

主 催：社会福祉協議会城東支部子育て支援事業

<子ども教室>

### 子どもの俳句教室 一夏の俳句づくりー

俳句づくりの基礎や季語を学びます。

5・7・5の調べにのせて、夏の俳句を楽しくつくります。

日 時：8月22日（土）10時～11時30分

講 師：黒田千賀子先生

（兵庫県俳句協会理事、ホトトギス同人）

文化講座「俳句」の皆さん

対 象：小中学生（城東校区・東校区在住に限る）

定 員：12名（先着順）

申込方法：公民館窓口又は電話で

# 《8月 講 座 予 定》

| 日  | 曜 | 午 前                              | 午 後                              |
|----|---|----------------------------------|----------------------------------|
| 1  | 土 | スポーツウエルネス吹矢 どんぐり3                | 大正琴 ES姫路城東                       |
| 2  | 日 | 古武道                              |                                  |
| 3  | 月 |                                  |                                  |
| 4  | 火 | 地域講座「食育講座part1」 編み物              | 自分で整体                            |
| 5  | 水 | 書道                               | ダンスサークル華 サンマルコエスカルゴ              |
| 6  | 木 |                                  | 中高年らくらく3B体操 民謡カラオケ 民生児童委員会       |
| 7  | 金 | 木目込み人形 吹矢練習                      | 英会話 コアチューニング & ヨガ 自治会幹事会 民生児童委員会 |
| 8  | 土 | 大正琴                              | 俳句 パソコン                          |
| 9  | 日 | 教養講座「納涼寄席」                       | 阿波踊り                             |
| 10 | 月 | 休 館 日                            |                                  |
| 11 | 火 | うきうきパソコン わすれなぐさ                  | 中高年らくらく3B体操                      |
| 12 | 水 | はなみずき                            |                                  |
| 13 | 木 |                                  |                                  |
| 14 | 金 |                                  | 英会話                              |
| 15 | 土 | スポーツウエルネス吹矢                      |                                  |
| 16 | 日 | 古武道                              |                                  |
| 17 | 月 | 休 館 日                            |                                  |
| 18 | 火 | 編み物                              | 自分で整体                            |
| 19 | 水 | 書道                               | ダンスサークル華                         |
| 20 | 木 | 絵手紙                              | 地域講座「江戸時代の宗教統制」 民謡カラオケ           |
| 21 | 金 | 木目込み人形                           | 英会話 コアチューニング & ヨガ                |
| 22 | 土 | 地域講座「子ども俳句教室」 スポーツウエルネス吹矢 ヨガサークル | 俳句 パソコン                          |
| 23 | 日 | 古武道                              | 阿波踊り                             |
| 24 | 月 | 休 館 日                            |                                  |
| 25 | 火 | 城東にこにこ広場 生涯クラブ わすれなぐさ            | 中高年らくらく3B体操 わすれなぐさ 自分で整体         |
| 26 | 水 | はなみずき                            | ダンスサークル華                         |
| 27 | 木 | 絵手紙                              |                                  |
| 28 | 金 |                                  | 地域講座「自分で身体ほぐし」                   |
| 29 | 土 | オカリナ                             |                                  |
| 30 | 日 |                                  |                                  |
| 31 | 月 | 休 館 日                            |                                  |