

# 前之庄公民館だより

令和7年11月発行

■姫路市立前之庄公民館 ■〒671-2192姫路市夢前町前之庄2160番地

11月



■TEL・FAX 079-336-1458

■月曜日休館

■E-mail maenosho@hi-net.city.himeji.hyogo.jp

日増しに秋色が深まり、紅葉の美しい季節となりました。晩秋の風情が感じられる中“スポーツの秋”“実りの秋”“芸術の秋”など、いろいろな秋を楽しまれていると思います。公民館もこの時期ならではの講座を計画しています。一緒にご参加ください。

## 教養講座【かや生涯学習】（姫路市在住の方）《無料》

☆日 時：原則として、毎月第2水曜日（2月は13日金曜日）

☆開催場所：前之庄公民館 1階 第3会議室 10:00～11:30

### 11月12日(水) アメリカでの滞在体験あれこれ

～一般生活・NASA～

講師 山根 敬喜（兵庫県いなみ野学園 特任講師）

アメリカでの滞在体験をもとに、米国の特徴や国民性など、日本との比較も交え、その一端を話されます。また、NASAでの仕事に携わっておられた経験から、仕事の概略やスタッフとの交流なども紹介されます。滞在中はアメリカ人との交流も多く、貴重な体験のお話です。

### 11月・12月の地域講座

チャレンジしましょう



#### 【健康はつらつ教室】「ペタンク大会」（室内用のペタンク）

11月13日(木) 9:30～11:30 〈第3会議室〉

<講師> 大島 伸介（姫路市スポーツ推進委員）

<定員> 30名 <申し込み> 10月15日(水)～募集中

<内容> 体操やゲームの後、ペタンク大会 《無料》



#### 【パン作り教室】パンの作り方を学び、家庭でも作ってみませんか！

11月14日(金) 9:30～12:00 〈料理実習室〉

<講師> 須方 茂美（管理栄養士） 《材料費》500円

<定員> 12名 <申し込み> 10月15日(水)～募集中

《持ち物》 窓口の別紙案内書をご覧ください。



#### 【スマホ教室】11月25日(火) 10:00～11:30 〈第3会議室〉

<講師> 姫路市高齢者支援課 スタッフ 《無料》

<定員> 20名 <申し込み> 11月1日(土)～



#### 【子育て支援講座】★わくわく広場前之庄出張ひろばと前之庄公民館の共催

11月27日(木) 10:30～11:30 〈第3会議室〉

『親子ふれあい遊び』 <講師> 福永 摩耶（ダンス研究家） 《無料》

〔対象：0～3歳児とその保護者〕 <定員> 20組 <申し込み> 11月1日(土)～

【ケーキ作り教室】ケーキの作り方を学び、クリスマスに作ってみませんか！

12月12日(金) 9:30~12:00 <料理実習室>

<講師> 耀川 美八子(菓子作り講師) 《材料費》1200円

<定員> 12名 <申し込み> 11月13日(木)~



## 多世代交流イベント『ふれあいウォーキング』



◆日 時 11月23日(日) 予備日(雨天延期) 11月24日(月)

受付 8:30 開会式 9:00 出発 9:20 解散予定 12:00

◆集合場所 ; 前之庄運動広場 ◆行き先 ; 新庄臨済寺(往復約6km)

\*臨済寺で30分程度、自由休憩をします。お茶の接待があります。

◆対 象 : 前之庄地区の住民(子ども~大人) [無料です]

★スポーツクラブ21前之庄・前之庄校区長寿会・前之庄地区連合自治会・前之庄公民館  
合同開催です。《秋の自然を満喫しながら、健康づくりをしましょう!》

\*申し込み: 11月13日(木)までに、上記の各団体の役員・前之庄公民館へ申し込み!



## 11月の文化講座

いつでも見学・入会は可能です。詳細は公民館へお尋ねください。

| 講座名      | 開催日        | (曜日) | 時間          |
|----------|------------|------|-------------|
| 折り紙      | 6, 20      | (木)  | 9:30~11:30  |
| 気功体操     | 7, 21      | (金)  | 13:30~15:00 |
| 心と身体健康体操 | 4, 11, 18  | (火)  | 9:30~12:00  |
| コーラス     | 20         | (木)  | 10:00~12:00 |
| 書道       | 5, 19      | (水)  | 13:30~15:00 |
| 扇舞       | 7, 14, 21  | (金)  | 18:30~20:40 |
| タイ古式ヨガ   | 7, 14, 21  | (金)  | 11:00~12:00 |
| パッチワーク   | 7, 21      | (金)  | 13:30~16:00 |
| いきいき健康体操 | 13, 20, 27 | (木)  | 9:30~11:00  |
| 筆文字アート   | 25         | (火)  | 13:30~15:30 |
| やさしいヨガA  | 5, 19      | (水)  | 10:00~11:30 |
| やさしいヨガB  | 5, 12, 19  | (水)  | 13:30~15:00 |
| 陶芸部      | 13         | (木)  | 9:30~15:30  |
|          | 27         | (木)  | 9:30~12:00  |
| 陶友会      | 5          | (水)  | 9:30~12:00  |
|          | 19         | (水)  | 9:30~15:30  |

★わくわく広場前之庄出張ひろば★ ◆前之庄公民館2階研修室(和室)

◆開設日 原則毎週木曜日(祝日は除く) ◆対象児: おおむね0~3歳児

◆9:30~12:00 13:15~16:15 (遊びに来てくださいね!)



★なかよしひろば★ 11月19日(水) 10:00~11:30 <第3会議室>

◆対象: 0歳児から就学前(幼稚園児含む)のお子さまと保護者

◆遊び: リトミックあそび<藤岡 みよし先生> 【前之庄地区子育て支援事業】

★なかよしランド★ 12月6日(土) 10:00~12:00 第1会議室

◆対象: 0歳児(首すわり)から就学前の子どもと保護者 【姫路市移動児童センター】

★内容: 体操やわらべうたあそび、自由遊び、シアター(あわてんぼうのサンタクロース)