

# 前之庄公民館だより

令和 8 年 9 月発行

■姫路市立前之庄公民館 ■〒671-2192姫路市夢前町前之庄 2 1 6 0 番地



■TEL・FAX 079-336-1458

■月曜日休館

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

9月に入りまして暑い日が続いていますが、朝夕はいくぶん涼しくなり、ようやく秋の気配が感じられるようになりました。これからは涼風立って、日々過ごしやすくなってまいります。公民館では、皆さま方に興味や関心を持っていただけるような講座をいろいろと計画しています。一緒にご参加されませんか。お待ちしております。

## 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

☆開催場所：前之庄公民館 1階 第3会議室 10:00～11:30

### 9月9日(水) 「みんなで守ろう、安心の救急医療」

講師 姫路市地域医療課（職員）



9月9日は「救急の日」です。救急業務や救急医療への正しい理解と認識を深めるようにしたいものです。いつ起こるか分からない救急を要する病気や怪我！いざという時に対応できることが大切です。適切な受診行動や急病時の対処方法、救急車の適正利用等について学びます。救急医療について正しく学んでおくと、安心ですよ。

### 9月・10月の地域講座

チャレンジしましょう



【健康はつらつ教室】「骨の健康について」骨密度の測定があります。

9月2日(水) 13:30～15:00 〈第2会議室〉

<講師> 福永 雅文（ぼうしや薬局夢前店 薬剤師）

<定員> 20名 <申し込み> 8月5日(水)～26日(水) 《無料》



【歴史講座】今年度は歴史講座を4回計画しています。（今回は3回目・次回は11月）

9月11日(金) 10:00～11:30 〈第3会議室〉 <定員> 25名

<講師> 高桑 由雅（元高校教師） <申し込み> 7月10日(金)～募集中

<タイトル> 「赤松円心が生きた鎌倉時代」 《無料》

\*播磨に関係がある赤松氏です。源頼朝、鎌倉幕府、鎌倉武士の生活、元寇、御家人の窮乏などの説明を通して、赤松円心が生きた鎌倉時代のお話です。

【絵画教室】〔小学校の児童が対象〕 <定員> 18名 <申し込み> 8月6日(木)～

9月12日(土) 10:00～11:30 〈第1会議室〉 ≪材料費≫ 100円

<講師> 柳 奈保子（絵画講師） <持ち物> 鉛筆 2B～4B、絵の具セット等

【ハーブ教室】『ハーブの香水作り』 《材料費》 700円

9月24日(木) 10:30～12:00 〈第1会議室〉

<講師> 藤岡 真路（農家レストラン“且緩々”店長）

<定員> 20名 <申し込み> 8月5日(水)～9月16日(水)



【茶道教室】～お月見会を楽しもう～〔対象：小学生～大人〕

9月26日(土) 10:00～12:00 〈和室〉 <定員> 18名

<講師> 小林 宗真（茶道講師） <申し込み> 8月5日(水)～9月17日(木)

《材料費》小学生 600円 中学生～大人 700円（抹茶・お菓子代）



【シルバーサポート研修会】＜テーマ＞『フレイルを知って 健康寿命をのばそう』

9月29日（火）13：30～15：00 ＜定員＞ 35名

＜場 所＞ 姫路市立前之庄公民館 第3会議室

＜講 師＞ 西村 まみ（姫路市在宅医療・介護連携支援センター 社会福祉士）

《前之庄校区長寿会と共催》＊参加者受付は、長寿会の各単位クラブで行います。



【けん玉教室】 10月2日（金）10：00～11：00

＜場 所＞ 姫路市立前之庄こども園 （年長児 対象）

＜講 師＞ 日和 康憲（日本けん玉協会）



【スマホ教室】＜定員＞ 20名 ＜申し込み＞ 9月9日（水）～

10月8日（木）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》



【俳句教室】「初めての俳句」＜定員＞ 20名 ＜申し込み＞ 9月9日（水）～

10月23日（金）10：00～12：00 〈第3会議室〉 《無料》

＜講師＞ 國光 六四三（俳人協会「玉梓」同人「いぶき」会員）

＜内容＞ 「俳句の基本と鑑賞」 俳句に親しみませんか！

9月の文化講座

見学・入会はいつでも可能です。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     | 3, 17      | （木）   | 9：30～11：30  |
| 気功体操      | 4, 18      | （金）   | 13：30～15：00 |
| 心と身体の健康体操 | 1, 8, 15   | （火）   | 9：30～12：00  |
| コーラス      | 17         | （木）   | 10：00～12：00 |
| 扇 舞       | 12         | （土）   | 9：30～12：00  |
| タイ古式ヨガ    | 4, 11, 18  | （金）   | 10：30～11：30 |
| パッチワーク    | 4, 18      | （金）   | 13：30～16：00 |
| いきいき健康体操  | 10, 17, 24 | （木）   | 9：30～11：00  |
| 筆文字アート    | 29         | （火）   | 13：30～15：30 |
| やさしいヨガA   | 2, 16      | （水）   | 10：00～11：30 |
| やさしいヨガB   | 2, 9, 16   | （水）   | 13：30～15：00 |
| 陶芸部       | 10         | （木）   | 9：30～15：30  |
|           | 17         | （木）   | 9：30～12：00  |
| 陶友会       | 2          | （水）   | 9：30～12：00  |
|           | 16         | （水）   | 9：30～15：30  |
| 健康体操 おおぞら | 4, 11, 18  | （金）   | 13：30～16：00 |

★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★ 9月18日（金）10：00～11：30 〈第3会議室〉

◆対象：0歳児から就学前のお子さまと保護者 【前之庄地区子育て支援事業】

◆内容：運動会ごっこ（かけっこ・ハイハイ競争・玉入れ など）

★なかよしランド★ 10月3日（土）10：00～12：00 〈第2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「ぞうさんのぼうし」