

高木総合センターだより



高木総合センターホームページ

令和7年（2025年）4月号

姫路市立高木総合センター
所在地：姫路市花田町小川553番地2
TEL(079)253-7461・FAX(079)253-7465



4月の行事予定（予定は都合により変更になる場合があります。）

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
	1	2 人権相談 外国人生活支援相談	3 百歳体操	4 人権相談	5 法律相談	6 日本語教室
7 人権相談	8	9 人権相談 外国人生活支援相談	10 百歳体操 フットマッサージ	11 人権相談 外国語教室	12	13 書道講座 料理教室
14 人権相談	15	16 人権相談 外国人生活支援相談 法律相談	17 百歳体操 絵手紙講座	18 人権相談	19	20 日本語教室
21 人権相談	22	23 人権相談 外国人生活支援相談・ベトナム語教室	24 百歳体操 絵手紙講座	25 人権相談 外国語教室	26	27 書道講座 日本語教室
28 人権相談	29 昭和の日	30 人権相談 外国人生活支援相談				

高齢者の集いと喫茶を開催しました！

令和7年3月6日（木）高木総合センターにおいて高齢者の集いと喫茶を開催しました。花田・城山地域包括支援センターの職員さんを講師にお招きしてクラフトづくりに挑戦しました。今回は折り紙を使った“折り紙万華鏡”です。折り紙で立体的に折っていきますがなかなか難しいようでした。粘り強く取り組んだ結果なんとか完成することができました。その後、和気あいあいと喫茶を楽しみました。

令和7年度もさっそく6月から年間5回程度この高齢者の集いと喫茶を開催する予定です。このセンターだよりでもお知らせしますので是非お気軽にご参加ください。



なかなか難しい！



完成！

交流講座の受講生を募集しています！

令和7年度も引き続き地域（校区）の皆様のご要望に応え「地域住民の交流と文化の向上」をめざして、下記の講座を開催します。令和7年度からは昨年度行っていた「癒しの絵手紙講座」から『絵手紙講座』に変更となりました。書道講座と料理講座は変更はありません。

お忙しい毎日のわずかな時間でも趣味・教養を高め、人とのふれあい（交流）を深めることにより、この講座で新たな趣味や友達をつくってみませんか！

受講を希望される方は、お気軽に当センター窓口又は電話でお申し込みください。

連絡先 高木総合センター（Tel.253-7461）

※但し、前年度から引き続き参加される場合はお申し込み不要です。

講座名	回数	曜日	時間	講師名
書道講座	月2回	第2・第4日曜日	13時30分～15時30分	野村 美佐子 先生
料理講座	月1回	第2日曜日	10時～13時	赤松 千賀子 先生
絵手紙講座	月2回	第3・第4木曜日	14時15分～15時30分	大野 眞佐子 先生

※ 実施日・実施時間は都合により、変更になる場合があります。

※ 教材費等は、受講者負担になります。受講料は無料です！

フットマッサージ（体の疲れを解消しませんか？）

日頃使いすぎて緊張している筋肉を自分のペースでゆるめ
脱力させる究極のセルフマッサージです。

日 時： 4月10日（木） 午後2時～1時間程度

場 所： 高木総合センター 2階 会議室

講 師： 藤尾 知恵さん

参加料： 無料（申込不要）

※靴下（あれば5本指靴下）と大きめのタオル、ヨガマット（持っている方のみ）
をご準備して下さい。



子ども110番ってなに？－子供たちの安全のために－

いよいよ新学期が始まりますね。当センターも『子ども110番の家』
になっています。子ども110番の家は、子どもが「誘拐や暴力、痴漢」
など何らかの被害に遭った又は遭いそうなときに駆け込み、助けを求め
場所です。子どもの安全のため万が一に備えて、日頃からお子さんと
周りにある『子ども110番の家』を確認されてはいかがでしょうか。



お仕事をお探しの方へ

「ハローワーク姫路求人情報（フルタイム・パート）」（姫路公共職業安定所発行）の
最新情報が、毎週月曜日午後高木総合センターに届きます。

高木総合センターにて配布しておりますので、必要な方は申し出ください。