

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)6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

6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 日本語教室
2 スマホ講座	3	4 スマホ講座 外国人生活支援相談	5 百歳体操 高齢者の集いと 喫茶	6	7 法律相談	8 料理講座 書道講座 日本語教室
9 スマホ講座	10	11 スマホ講座 外国人生活支援相談 ベトナム語教室	12 百歳体操 フットマッサージ 人権講演会	13 外国語教室	14	15 日本語教室
16 スマホ講座	17	18 スマホ講座 外国人生活支援相談 法律相談	19 百歳体操 絵手紙講座	20	21	22 書道講座 日本語教室
23 スマホ講座	24	25 スマホ講座 外国人生活支援相談 ベトナム語教室	26 百歳体操 絵手紙講座	27 外国語教室	28	29 日本語教室
30 スマホ講座						

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: 令和7年6月12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。

人権講演会を開催します

高木総合センターでは年間数回の人権講演会を開催しております。姫路市人権啓発指導員の福井先生をお招きし、今、私たちの身近にある人権問題(特に女性、子ども、高齢者にかかわる問題)についてのご講演をいただく予定です。是非ご参加ください。

と き 令和7年6月12日(木) 午後6時30分から午後7時30分ごろまで

ところ 高木総合センター 2階会議室

内 容:講 師 姫路市人権啓発指導員 福井 淳 先生

:演 題 『人権について考えよう! ~女性、子ども、高齢者~』

スマートフォン講座の開催について

昨年度に引き続き令和7年6月からスマートフォン講座を開始します。

今年度は、前期と後期で曜日と時間が変わりますので、ご注意ください。参加ご希望の方は、下の申込書を高木総合センターに提出してください。各期募集人員は10名程度です。ご不明な点等ございましたら高木総合センターまでお問い合わせください。

記

1. 開催日時:前期:毎週月曜日と水曜日(週2回) 午前10時00分~午前11時30分
一部 午後1時30分~午後3時00分
後期:毎週月曜日のみ 午後1時30分~午後3時00分

2. 日 程:前期 令和7年6月2日(月)・4(水)・9(月)・11(水)・16(月)・18(水)
23(月)・25(水)・30(月)・7月2日(水) 全10回
※9(月)・16(月)・23(月)・30日(月)は午後の開催です。

後期 令和7年7月7日(月)・14(月)・28(月)・8月4日(月)・18(月)・25(月)
9月1日(月)・8(月)・22(月)・29(月) 全10回

※実施予定日は天候や講師の都合などにより変更することがあります

3. 場 所:高木総合センター 1階 デイサービスルーム
4. 講 師:株式会社サンソフトの派遣講師
5. 参加費:無料(テキスト希望者は別途テキスト代が必要)

Wi-Fi等の通信設備はありません(通信費等は各自負担)

- - - - - キ リ ト リ - - - - -

講 座 名	スマートフォン講座 (前期 ・ 後期)		
氏 名		機器	各自持ち込みのみ
住 所・連絡先	住 所 電 話 () (携帯) ()		