



だれも 5つのDRM活動

- ①だれもが働きやすいまち
- ②だれもが地域活動しやすいまち
- ③だれもが楽しめるまち
- ④だれもが安心して暮らせるまち
- ⑤だれもが夢と生きがいを持てるまち

サロンは新型コロナウイルスの関係で、急遽中止やオンラインになることも予想されますので、参加予定の方は事務局までお問い合わせくださいね。



DRM活動②

心と身体の姿勢が良くなるエクササイズウォーキング ポスチャーウォーキング®

姿勢を整えて、美しく歩きましょう。ダイエットにも最適です！

日時：4月1日(木)18:00～
場所：コムサロン21ルーム
会費：1,500円
担当：米村 ひとみ さん

DRM活動②

毎回、楽しくためになるパソコンクラブです。

パソコンクラブ

『Word を活用しよう!』

日時：4月16日(金)18:30～
場所：コムサロン21ルーム
会費：1,000円/1回
担当：武内 美佳 さん

DRM活動②

朝の空気を楽しみながらボランティア

お城のそうじ <第355回>

日時：4月11日(日)7:00～
場所：姫路城三の丸広場
担当：有元 純 さん



<<R3.3.14>>

DRM活動②

毎回趣向を凝らした内容で充実したサロンです

筆サロン 「写仏をしましょう」



日時：4月12日(月)10:00～12:00
場所：コムサロン21ルーム
会費：1,000円
担当：北野 華織 さん

DRM活動②

さまざまなテーマに合わせて楽しくチャレンジ!

センスアップサロン

「グルーデコ
スワロフスキーアクセサリー」

♡ブローチ・指輪・帯留・髪留などを作ってみましょう♡



日時：4月13日(火)14:00～
場所：コムサロン21ルーム
会費：1,500円+材料費2,000円～(要予約)
担当：作原 美穂 さん

DRM活動②

絵本を大人も楽しみましょう。

絵本セラピー®サロン

テーマ：今年度の目標

日時：4月21日(水)14:30～
場所：コムサロン21ルーム
参加費：1,500円
担当：安田 兼三 さん



DRM活動②

播州弁ポスター・川柳マンガ好評発売中!

播州弁研究会

日時：4月22日(木)18:30～
場所：コムサロン21ルーム
担当：金川 富康 さん



DRM活動②

☆シニアアフェルト手芸グループは4月お休みです。
☆ホワイトボードミーティング®は4月お休みです。
☆着付けサロンは4月お休みです。

DRM活動③

姫路おでんを全国・世界に広めたい!

姫路おでん普及委員会

日時：4月15日(木)18:30～
場所：コムサロン21ルーム
担当：前川 裕司 さん

DRM活動③

毎月第4日曜日に開催しています!

亀山御坊楽市楽座 <第219回>

三密防止等、対策を行った上で開催します。

日時：4月25日(日)8:00頃～
場所：亀山御坊本徳寺境内
担当：大西 秀樹 さん

DRM活動③

☆生きがい亭落語サロン、4月の日程は未定です。

DRM活動⑤

「親としての心構え」や「子育てのヒント」を学びます。

おや塾

主催：人間塾

テーマ：失敗を怖れない 講師：中安学さん
(認定特定非営利活動法人コムサロン21事務局)



日時：4月10日(土)13:00～15:00
場所：コムサロン21ルーム
会費：1,500円
担当：前川 裕司 さん

DRM活動⑤

社会にも投資する素人投資家の勉強会です。

かぶらっく

今回はzoomで、いろいろ情報交換しましょう!

日時：4月15日(木)20:00～ zoomにて
担当：有元 純 さん

DRM活動⑤

あなた自身の価値観をより高く...

人間塾

日時：4月20日(火)19:00～
場所：コムサロン21ルーム
参加費：1,000円
担当：前川 裕司 さん

DRM活動⑤

姫路マザーハーブの会

不登校の子どもをもつ親たちの交流のつどい
「姫路マザーハーブの会 3周年特別講座」
テーマ：子どもの自信を育てる言葉と脳の使い方
講師：新崎 江里氏 (レジリエンス脳育コーチ)

日時：4月25日(日)13:30～15:00
場所：シオン薬局 ラ・ヴァンド ※P有り
(姫路北病院 南側)
会費：500円(資料代含む) 定員：20名
担当：住谷 庸子 さん
申込・問合せは
sion.1961@docomo.ne.jp まで

DRM活動⑤

「人生にプラスになる事」を考え企画して行きます。

エンタメサロン

オンラインにて開催します。

日時：4月28日(水)19:00～ zoomにて
担当：前田 稔之 さん
(090-5955-0792)

DRM活動②

第354回 お城のそうじ

早朝にもやがかかった姫路城...そんな中、3月14日のお城のそうじは始まりました。参加者66名で初参加の方が12名、お子さん6名。今月は青少年体験活動の銅賞を受賞されたお子さんがいらっしゃいました。来月は、一年で一番姫路城が賑わう季節です。みなさんのご参加をお待ちしております!

協力：姫路市環境政策室
ハイブリッド戦士サムライガール、カワライダー



<<R3.3.14>>

スタッフ便り

- 3月末でコムサロン21を退職することになりました。頂いたご縁を大切に次のステップに進みたいと思います。ありがとうございました。(いんいん)
- 春眠暁を覚えずといいますが、春の夜はぐっすり朝まで眠れませんか、なんか頭もぼーっとしてしまっていますが...いやいやいつもぼーっとしてはいますが(笑)(どんだけ)
- 新年度が始まり、毎年の事ながら気分新たに。今年は、我が家でも新しい出発があり、期待と不安が入り混じった感じです。(あ!?)
- 花粉症歴24年!発症当時と違い今は軽症で本当にありがたいです。あの辛かった日の自分にこんな未来があることを教えてあげたい!(よし!)
- 気ままな居場所「たかたか」コムサロンとしての事業が終了しました。月に一度だけの開催でしたが、利用者様の嬉しい変化を毎回感じられる、とても幸せなお仕事をさせていただきました。(み～)
- USJ新エリア「スーパー・ニンテンドー・ワールド」が開業中。。Here we go (リト)

