

日	月	火	水	木	金	土
COM-SALOON	人	COM-SALOON	1 ●ぶちたぶち	2	3 《文化の日》	4 ●ぶちたぶち
5	6 ●ぶちたぶち	7 ●地域活動の情報交流会	8 ●ぶちたぶち ●シニアフェルト 手芸グループ	9	10 ●パソコンクラブ	11
12 ●お城のそうじ 《第386回》	13 ●ぶちたぶち ●筆サロン	14	15 ●ぶちたぶち ●絵本セラピー サロン	16 ●ポスチャー ウォーキング®	17 ●がんメディカルサロン 「はまなす」 ●着付けサロン ●播州弁研究会	18 【お姫様登場!】 ●ぶちたぶち ●ピギナース ゴルフサロン
19 【お姫様登場!】	20 ●ぶちたぶち	21 ●人間塾	22 ●ぶちたぶち ●シニアフェルト 手芸グループ ●播磨地域 災害ボランティア 支援相談室	23 《勤労感謝の日》 【姫路食博2023】 ⇒26日まで 【お姫様登場!】	24 【姫路食博2023】 ●アート表現 心理学サロン (アートセラピーサロン)	25 【姫路食博2023】
26 【姫路食博2023】 最終日 【お姫様登場!】 ●亀山御坊 楽市楽座 《第250回》	27 ●ぶちたぶち ●姫路おでん場 食談議	28	29 ●ぶちたぶち	30	人	COM-SALOON

告知 姫路食博2023&ほろ酔い横丁

姫路食博も30周年！今年もパワーアップで開催いたします！



日時：11月23日(木・祝)～26日(日)10:00～20:30
会場：大手前公園 主催：姫路食文化協会

告知 姫路城 お姫様登場！

市民から募集して選出されたお姫様ボランティアの方々が姫路城内に登場し、観光客ご自身のカメラ・スマホで記念撮影をいたします。(撮影無料)



【年内のお姫様ボランティア登場日】
11月18日(土)・19日(日)・23日(木・祝)・26日(日)
12月2日(土)・3日(日)

地域情報

掲載希望は毎月15日迄に事務局までメールかFAXで

姫路お城まつり

11月10日(金)～12日(日)
姫路城三の丸広場、大手前公園を中心に、様々なステージやパレードが繰り広げられます。
コムサロン21の「ひょうごユニバーサルツーリズムコンシェルジュ」も常駐して対応させていただきます。

はりまいのちの電話公開講座 「発達障害勉強会」

「らしさ」という生き方
講師：うのはつみ氏
(市民活動グループ「こころのあーと」主宰)
日時：11月12日(日)14:00～16:00
(質疑応答時間あり)
場所：姫路市総合福祉会館 5階
☆入場無料・申込不要
申込・問合せ先：社会福祉法人
はりまいのちの電話 事務局
079-288-5099

西播磨初のがん患者会 “はまなすの会” 情報

《はまなすの会 第68回 例会》
「緩和ケアを正しく知りましょう」
講師：吉村 純彦氏 **申込不要**
(独立行政法人国立病院機構 姫路医療センター 緩和ケア内科医長)
日時：11月19日(日)14:00～
場所：太子町 立岡公民館 2階
参加費：会員無料・一般300円
申込・問合せ先：はまなすの会事務局
079-277-2764

HIMEJIミュージカル 18期生募集中!

会員の千城恵さん Kei Music Street 情報
2024年 春 公演予定
HIMEJIミュージカル第18回公演
HA・JI・MA・RI・3
～夢をあきらめないで～
来春公演のキャストを担うメンバーを大募集!
問合せ先：HIMEJIミュージカル実行委員会
079-227-9166

活きる

『らしく生きる』

「らしく」という言葉についてどう思われますか？昔は「男らしく」「女らしく」というような型にはめられる言葉でしたが、ジェンダーレスやエイジレスの現在「らしく」は「自分らしく」という自由なものになりました。ただ自分らしくという世の中になると逆に自らを見失う人が出てきます。真っ白な紙に何を描いても良いと言われたら、しばし戸惑うのに似ているのかもしれませんが、自分とは何か？会社の役職はあるし家庭での立場もある、でも果たしてそれだけが自分なのか？そもそもなぜ生まれてきたのだろう、考え込む人はそこまで考えてしまうかもしれません。それなら「夫らしく」「妻らしく」「学生らしく」「公務員らしく」「会社員らしく」そう役割を与えてもらった方が楽な人もいます。日本人は型にはめられることを得意としてきました、それは横一列に並んで田植えをしていた農耕民族のDNA かもしれません。でも世の中は変わってきています、性別や年齢に捉われなく「自分らしく」生きたい、しかし自分らしさとは？と最初に戻ってしまい考えれば考えるほど悩みは深くなるのです。

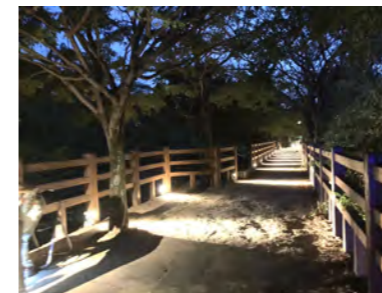
人間塾塾生 うのはつみ

報告 姫路市 総合防災訓練&防災フェア出展



10月1日(日)、大手前公園をメイン会場に開催されました。コムサロン21からは「災害ボランティア支援相談室」の高橋守雄氏を中心に、展示ブースで活動の紹介をしました。相談室は毎月第4水曜日16時から17時まで、コムサロン21ルームにて開催しております。

報告 姫路市提案型協働事業 千姫の小径ライトアップ



千姫の小径とは、西部中瀬と船場川の間南北にのびた土の道です。9月22日～29日まで千姫の小径がライトアップされ素敵な空間が生まれました。たくさんの方が散策を楽しみました。

主催：特定非営利活動法人あかりの街ひめじ
協力：認定特定非営利活動法人コムサロン21

報告 宍粟市出逢い応援イベント 旅するバス婚



10月1日(日)宍粟防災センターに集合し、宍粟市の観光名所をバスで巡る宍粟市出逢い応援イベントを開催しました。男女各16名のご参加で7組の素敵なカップルが誕生しました。(主催：宍粟市)

《かつでのイベントで結ばれた大原屋さんのお二人》

告知 地域活動の情報交流会

「姫路のこと」「播磨のこと」共によくしたい人集まれ！初めての方も、ぜひお気軽にご参加ください！

日時：11月7日(火)14:00～16:00
会場：姫路市市民会館4階 第10会議室

案内

★まちのぶちたぶち

《外出しづらい方が自由に過ごせる居場所》
～ぼちぼち集まって、のんびりとした時間を過ごしませんか。～
毎週月曜日・水曜日(10時～15時)
第1・第3土曜日(10時～15時) ※10月より時間延長

コムサロン21会員様へ

コムサロンでサロン活動しませんか？
あなたの地域貢献の場です。事務局がお手伝いします
ぜひ、お問い合わせください。

播磨在住の皆様へ

コムサロン21のネットワークが応援します。
企業、NPO、弁護士、会計士、税理士、社労士、行政書士、
市議会議員、なんでもご相談ください。
専門家をご紹介します。

コムサロン21の活動情報をお届けします



発行・お問い合わせは：
認定特定非営利活動法人コムサロン21

〒670-0923 兵庫県姫路市呉服町48
大手前通りハトヤ第一ビル5階
TEL 079-224-8803 FAX 079-224-1553
E-mail: info@com21.or.jp
https://www.com21.or.jp