

案内

ユニバーサルツーリズムセンター情報

姫路UTセンターでは、手動車いす・アシストホイール・電動車いす等の貸し出しが、キュエル姫路1階のMONZENさんと連携で、土日曜祝日等も対応できるようになりました。

こんな方におすすめです

- ★少しは歩けるけれど、見知らぬ場所を長く歩くのは不安
- ★家族で週末に旅行するけれど、車いすがあれば、車での移動も安心
- ★足を怪我してしまい、短期間だけ車いすを利用したい
- ★介助者を必要としない電動車いすへの乗り換えを検討している

報告

花北アートフェス / マルシェ&ワークショップ



8月2日(日)花北アート展「第13回ひめじアール・ブリュット展」アートに音楽にマルシェに、多くの方にご参加頂き楽しい一日でした。これからも障がい者アートを広めるための活動を続けます。

報告

第46回 生きがい寄席

「第46回生きがい寄席」を姫路市市民会館の和室にて開催しました。プロの落語家さん、桂出丸氏の語りを存分に目の前で楽しんでいただきました。終始大きな笑いに会場は包まれました。



案内

☆まちのぷちたぶち☆

「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すごしませんか。～
毎週月曜日・水曜日(10時～15時)

報告

第419回 お城のそうじ

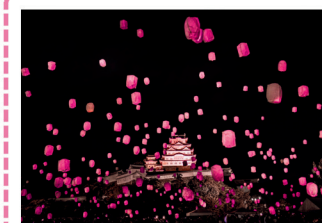
合言葉「お城のそうじは、心のそうじ」のもと、8月9日(日)、小さなお子さまから大人まで幅広い世代の 115名 の皆さまに集まっていただきました。姫路市市民活動・ボランティアサポートセンター「ひめじおん」を通じて「ひめじ夏のボランティア体験(通称:夏ボラ)」に多くの高校生が参加してくださいました。今回は、9月13日(日)7時からです。



募集

ピンクリボンひめじ スマイルプロジェクト2026 【ピンクスカイランタン ボランティア募集】

10月はピンクリボン月間です。姫路城を望む大手前公園で開催する「姫路城ピンクスカイランタン」を一緒に盛り上げてくださるボランティアを募集しています。ランタンづくりや会場案内など、初めての方でも参加できる内容です。一人でも、お友達同士でも大歓迎！あなたの力が、乳がんの早期発見・早期受診を呼びかける大きな光になります。ぜひ一緒にピンクの灯りを届けませんか。



日時:10月3日(土)
※雨天時は10月4日(日)へ順延
場所:大手前公園
活動内容:
・ランタン制作
(11:00～18:30・夕食あり)
・会場案内・撤収
(16:30～20:00)

ボランティア申込みはQRコードから →
申込締切:9月15日(火)



※募集人数を超えた場合は、先着順または選考となる場合がございます。

主催:ピンクリボンひめじ スマイルプロジェクト2026

コムサロン21の活動情報をお届けします



Facebook



LINE



HP



Instagram



お城のそうじLINE

発行・お問い合わせ

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

🔔 今月の新入会員様紹介

ご入会おめでとうございます

法人会員 入会月:2026年8月
No.6039 株式会社 エムテック 様

法人会員 入会月:2026年9月
No.6040 株式会社 ゴトウ・アズ・プランニング 様

個人会員 入会月:2026年9月
No.0721 前田 啓一 様

🔔 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

ユニバーサルアートセラピーサロン

会員のうのはつみ様情報

～感性・表現やこころの豊かさを育む～

【日時】9月6日(日)

10:00～11:30

【場所】花の北市民広場

1階被服教室

【参加費】お子様お一人2,000円

【対象】幼児～小・中学生

【講師】うのはつみ 氏



Com食堂

会員の今里朱美様情報

【日時】9月7日(月) 12:00～13:00頃

【場所】コムサロン21ルーム

【会費】大人(15歳以上)300円

子供 100円 *現金のみ

【メニュー】手作りカレー

【定員】20人(2日前までに要予約)



がん患者会『はまなすの会』第99回例会
「特別イベント」

話して、笑って、動いて、からだを整えよう!!

会員の太田直美様情報

◆ココロとカラダが元気になる講座

◆ソフトヨガの体験

◆がんサロン

【日時】9月13日(日)10:30～16:00

【場所】【富栖の里】(坑道ラドン浴施設の個室)

【対象者】がん患者の方・付添い家族等

先着:20名

【参加費】1人3,000円(貸出作務衣付き)

【問合せ】はまなすの会事務局

079-277-2764



姫路白浜潮干狩り

【開催期間】開催中～9月23日

9:00～17:00

【場所】姫路白浜潮干狩り場

【当日券】大人1,800円 こども1,000円

【主催】姫路市漁業協同組合 白浜支所

潮干狩り部会



活きる

ーおとなが絵本を楽しむー

最近、絵本は子どもだけのものではなく、大人が絵本を楽しむことで子どもとはまた違った良さがあるといわれます。

大人が絵本を読む効果として6点、①想像力が刺激②創造性が高まる③感情の整理④共感性が上がる⑤心の余裕につながる(マインドフルネスのような時間)⑥「効率を求めない時間＝非効率」(本は役に立つか等を考えがちだが、ただ楽しむこと自体に価値が生まれる)また、スマホを見る代わりに絵本を読むことで、頭の情報を次々処理するモードからゆっくりしたモードへ切り替えるきっかけにもなるようです。

絵本は、作家が選びぬいた言葉と絵で構成され、それらの説明が少ない分、同じ絵本を読んでも、年齢や経験によって受け取り方が変わります。言葉と絵を最小限にすることで、想像力を最大限に引き出され、本の行間を読むように、絵と文字から語られていない部分を、いわゆる「余白」というものを感じ読み解いているように思われます。

既述した「余白」とは、何もしない時間ではなく、まだ何になるか決まっていない時間、目的を持たない時間だともいわれます。そして、「非効率」とは、一見無駄のように見えるかもしれないが、人間の大事にしてきた芸術、哲学、恋愛、遊び等にも多くの非効率が含まれています。

さらに、絵本には「行きて戻りし物語」があり、いつもの「安心」した世界から出て冒険や経験をして、成長して帰ってくる物語があり、これらを、「元子ども＝大人」が再体験し面白がるのが大切だと考えます。

人間塾々生 安田賢三

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、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。

