

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 ◎ ぶち た ぶち	6	7 ◎ ぶち た ぶち	8	9	10
11 ◎ お城のそうじ 《第421回》	12 《スポーツの日》	13 ◎ 姫路食文化協会	14 ◎ ぶち た ぶち ◎ コムサロン21 理事会	15	16 ◎ がんメディカル サロン「はまなす」 ◎ 着付けサロン	17 ◎ ビギナーズ ゴルフサロン
18	19 ◎ ぶち た ぶち ◎ Com食堂	20 ◎ 人間塾	21 ◎ ぶち た ぶち ◎ 絵本セラピー® サロン	22 ◎ 生きがい亭 落語サロン ◎ UT連絡会議	23 ◎ アート表現 心理学サロン	24
25 ◎ 亀山御坊 楽市楽座 《第285回》	26 ◎ 筆サロン ◎ ぶち た ぶち ◎ 姫路おでん場 食談議	27 ◎ コムサロン21 健康交流ゴルフコンペ	28 ◎ ぶち た ぶち ◎ パソコンクラブ	29	30	31



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】10月4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

【はまなすの会 第100回例会 講演会】
会員の太田直美様情報

穏やかに看取るための基礎知識

【日時】10月11日(日) 申込不要
14:00～15:30
【場所】太子町立岡公民館 2階
＊駐車場は立岡北公園をご利用ください
【講師】関本 雅子氏
かえでホームケアクリニック 顧問
【参加費】
はまなすの会員・立岡自治会員・学生:無料
一般:300円
【問合せ】はまなすの会事務局
079-277-2764

Com食堂

会員の今里朱美様情報

【日時】10月19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)

はりまいのちの電話公開講座

こころをラクにする対話術
～自分も相手も大切に～

【日時】10月24日(土) 14:00～16:00
【場所】姫路市総合福祉会館5階
第1・第2会議室 ※入場無料
【講師】島田 妙子氏
【定員】150名(要申込み・先着順)
【主催】社会福祉法人 はりまいのちの電話
【問合せ】社会福祉法人 はりまいのちの電話 事務局
079-288-5099

第17回 2026 姫路菓子まつり

【日時】10月30日(金)～11月3日(火・祝)
10:00～17:00
【場所】大手前公園・イーグレひめじ
※入場無料
【主催】兵庫県菓子工業組合・姫路菓子組合

活きる

「自分の価値観を変える力」

人には、自分の「好き」「嫌い」、「正しい」「間違っている」と思うこと、「いい人」「悪い人」の基準、など、多様な自分の価値観の判断によって、決定されています。その判断基準は、人によって異なり、100人いれば、100通りの判断基準があるでしょう。

その自分の価値観の判断基準は、いつ、どのように、できたのでしょうか？
自分の価値観の判断基準の誕生と生成がわからずに、自分の価値観を考察することは難しく、まして、それを変えることは、より困難になります。

戦争で人を殺すことは、いけないことである。という価値観も、人によっては、必要悪と感じたり、自分の価値観の実践のために、正当化されてしまう現実。
自分の価値観を履行するために、嘘をつくことも厭わない政治家。嘘を真実と認識する人々価値観。

どうやら、すべて、自分の価値観の操作を知らずに、思うまま、流れるままの生き方が、標準になってしまっている。

自分の価値観を変える力は、自分自身をどのような社会でも豊かに生きる力である。
人間力を高めるには、自分自身の価値観を操作できる力を高めることでもある。

人間塾生 前川裕司

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。

誰もが輝く未来のために

コムサロン21

COM-SALOON NEWS

10
2026

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

告知



『第47回生きがい寄席』

日時:10月22日(木) 14:00～
場所:姫路市市民会館4階和室
木戸銭:1,000円

皆様のお越しを
お待ちしております！

告知

姫路ハロウィン

親子で楽しめるブースが大集合！
仮装して遊びにきてね！
スタンプラリーでお菓子をプレゼント

【日時】2026年10月31日(土)10:00～15:00
(記念撮影@1階北交通広場ピオレパルク 11:00～11:30)
【場所】ピオレ会場:北交通広場、3階キッズスペース、6階ピオレホール
テラッソ姫路:1階
【参加申込】
QRコードより
事前申込制



告知

コムサロン21 健康交流ゴルフコンペ開催

ビギナーズゴルフサロンが始まって第23回目のコンペ。
ビギナーズも含め楽しく有意義な交流を深めています。
ご参加お待ちしております。

日時:10月27日(火) 9:30集合
10:06 OUT コーススタート
会場: 龍野クラシックゴルフ倶楽部
プレー費: 7,600円(ハーフコンペ＊昼食代含む)
参加費: 3,000円
懇親会費: 1,200円

播磨うまいもん会情報

播磨うまいもん会メンバーが出展します

★ 姫路港ふれあいフェスティバル

日時:10月25日(日) 10:00～15:00
会場:姫路港飾万津臨港公園周辺 ＊小雨決行
主催:姫路港ふれあいフェスティバル実行委員会

★ 姫路食博2026&姫路おいしい夜さんぽ

日時:11月21日(土)～23日(月・祝)
10:00～20:30
(一部17:00まで)
会場:大手前公園
主催:姫路食文化協会

ピンクリボン情報

★ 姫路城ピンクスカイランタン

日時:10月3日(土)
18:00～
会場:大手前公園
＊雨天・強風の場合は翌日に順延

★ ブレスト・アウェアネスセミナー2026

日時:10月24日(土) 14:00～16:00
会場:はりま姫路総合医療センター
教育研修棟1階 講堂
参加費:無料

主催:ピンクリボンひめじ スマイルプロジェクト2026

報告

令和8年度ひょうごユニバーサル ツーリズムコンシェルジュ会議

8月20日(木)15:00～17:00ハトヤビル4F会議室
播磨地域のユニバーサル
ツーリズムコンシェルジュ
19名が参加し、それぞれの活動状況や地域での取り組みについて情報共有を行いました。意見交換を通じ、ユニバーサルツーリズムを一層推進していくためには、各コンシェルジュがそれぞれの地域で活動するだけでなく、播磨地域全体で連携し、情報や経験を共有していくことが重要であるとの認識を共有しました。今後も、コンシェルジュ同士のネットワークを活用し、互いの取り組みや課題、事例等の情報共有を継続するとともに、連携を深めながら、それぞれの地域におけるユニバーサルツーリズムの取り組みをさらに発展させていきたいとの意見でまとまりました。

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すごしませんか。～
毎週月曜日・水曜日(10時～15時)

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