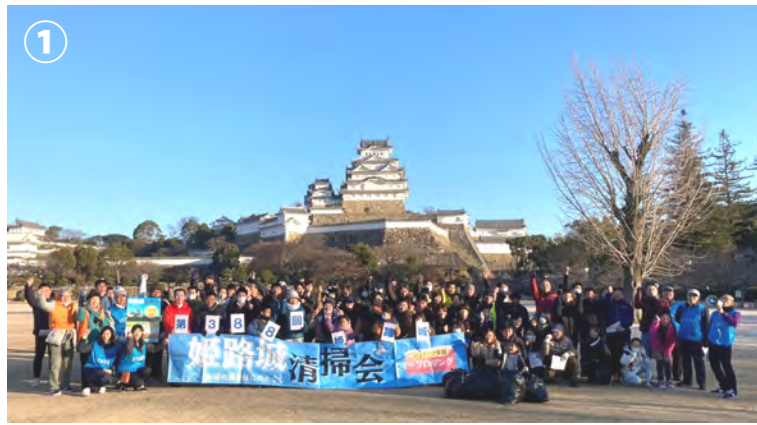


日	月	火	水	木	金	土
				1	2 ★2月2日夫婦感謝の日 ・夫婦和合長寿特別祈願 ・夫婦感謝の日パーティー	3 ●ぶちたぶち
4	5 ●ぶちたぶち	6 ●姫路食文化協会	7 ●ぶちたぶち ●コムサロン21運営委員会	8	9	10 【姫路城マラソン祭】 婚活出逢い交流イベント 「バレンタイン婚」
11 《建国記念の日》 【姫路城マラソン祭】	12 《振替休日》 ●お城のそうじ《第389回》	13	14●ぶちたぶち ●シニアフェルト手芸グループ ●第2回 姫路ユニバーサルツーリズム会議	15	16 ●がんメディカルサロン「はまなす」 ●着付けサロン ●播州弁研究会	17 ●ぶちたぶち ●ピギナスゴルフサロン
18 ●生きがい亭落語サロン ●姫路マザーハーブの会	19 ●ぶちたぶち ●パソコンクラブ	20 ●人間塾	21 ●ぶちたぶち ●絵本セラピーサロン	22	23 《天皇誕生日》 ●アート表現心理学サロン(アートセラピーサロン)	24
25 ●亀山御坊薬市楽座《第253回》	26●ぶちたぶち ●筆サロン ●姫路おでん場食談議	27 ●第2回 神戸ユニバーサルツーリズムおもてなし研修会	28●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	29		

報告 ジョギングしながらお城に貢献
姫路城清掃会 《第388回お城のそうじ》



①全体写真 ②プロギング ③青少年体験活動：ダイヤモンド賞受賞 S.Hさん（幼稚園）



告知
次回お城のそうじは、姫路城マラソン開催のため、2月12日（月・祝）7時からです！

令和6年1月14日（日）に開催。参加者88名のうち、子ども14名、初参加の方13名、プロギングの方20名でした。青少年体験活動で、ダイヤモンド賞（20回参加）1名、銀賞4名で、令和5年の皆勤賞の方は5名でした。

報告 「ひょうご安全の日」
中播磨地域のつどい in 姫路 1.17

高めよう！防災意識！姫路でも 1.17 安全の日
(中播磨地域のつどい)



①全体写真 ②願いを繋ぐ音楽会 ③能登半島地震への募金活動



1月17日（水）10:00～姫路駅前広場にて開催し、防災情報の発信、防災マップ、グッズのPRをしました。音楽ステージでは様々なジャンルの音楽が繰り広げられました。今回急遽能登半島地震への募金活動を行い、市民の皆様よりたくさんの善意をいただき、翌日、「令和6年能登半島地震兵庫県義援金募集委員会様」へ送金させていただきました。

告知 世界遺産 姫路城マラソン2024
マラソン祭

姫路城マラソンを盛り上げようと、大手前公園にて「マラソン祭」を開催します。観光ゾーン、うまいもんゾーンがあり、コムサロン21の播磨うまいもん会メンバーも、多数参加いたします。マラソンの応援をかねて、ぜひお越しください！

日時：2月10日（土）10:00～17:00
11日（日・祝）9:30～16:00
開催場所：姫路城大手前公園
主催：世界遺産姫路城マラソン実行委員会

告知 ★2月2日は夫婦感謝の日です！
・夫婦和合長寿特別祈願 11:00～高砂神社にて
・夫婦感謝の日パーティー 19:00～ラヴィーナ姫路にて

案内 ★まちなかのぶちたぶち
《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）

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

子ども・親子アートセラピーサロン
会員のうのはつみさん情報
～感性・表現やこころの豊かさをはぐくむ～
毎月第1日曜日に開催します。
日時：2月4日（日）10:00～11:30
会場：花の北市民広場 1階被服教室
参加費：お子さまお一人2,000円
対象：幼児～小・中学生
講師：うのはつみ氏
問合せ・申込：090-8821-4652(うのはつみ) **要予約**

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71回 例会》
「乳がんを正しく知ろう！」
講師：乳腺外科 小倉 信子 氏
(社会医療法人三栄会ツカザキ病院)
日時：2月25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 **申込不要**

**第74回姫路お城まつり
キャッチフレーズ募集！**
楽しいキャッチフレーズでお城祭りを盛り上げよう！
応募期間：募集～2月9日（金）必着
賞金：優秀賞 賞金1万円
応募先・問合せ・主催：
姫路お城まつり奉賛会
079-221-1520
☆姫路お城まつり開催日
令和6年5月17日（金）～19日（日）

西小天守 特別公開
初公開です！
日時：2月1日（木）～29日（木）
9:00～16:00(最終受付)
公開場所：姫路城天守群(国宝)
観覧料：300円(別途姫路城入城料が必要)

**Himeji 大手前通り
イルミネーション**
まちなか全体が光の空間に
開催中～令和6年2月29日（木）
点灯時間：日の入りから22時
※週末・祝日は24時まで

生きる 『祈る』ということ
毎月、朔日参り、十五日参りをし、仕事が始まる前に、部屋の四隅に祈りのことばというものをあげています。これらは、目に見えないものをより意識し、職場の空気、空間を変える一つとして行っています。
「目に見えない所が本物にならないと、目に見える側が本物にならない」目に見えないところにこそ、本物があることに気がつくことが大切であると、神社に足を踏み入れた時の感覚、それは今までの多くの方々『祈り』が積みこまれていることを、何とも言えない「すーっと ふわーっと」とした感覚を覚えます。
祈りと聞いて宗教っぽく感じられるが、医療の分野で実施されたものがあります。他人に祈られた心臓病患者と、そうでない患者とでは、症状に違いがあるかを調べられた。祈られた患者は人工呼吸器、抗生物質、透析の使用率が低いことが判りました。さらに、西海岸にあるこの病院から遠く離れた東海岸側からの祈りにも効果があった。その患者たちは祈られていることを知らなかったそうです。
また、テューク大学での実験では、65歳以上の4000人を調査したところ、毎日祈りをささげている人は、祈らない人よりもずっと長生きしたそうです。祈りを送られる人にも、祈るという行為を行う人にも、祈りはよい効果をもたらすということです。
祈り（いのり）の語源は「生きる（い）ことを宣（の）り」。自分の行動を宣言すること。自分のことを願うのは依存することで、宣言することは見守ってくださる存在を信じ、その存在を自らの心のうちで育むこと。
祈りという字から、すっと立ち、手を合わせている姿が見えます。既述した祈るという行為を、ただただ続けていきたいと思えます。
人間塾塾生 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、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

Facebook LINE ホームページ Instagram お城のそうじ LINE

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