



今月開催のサロン案内

SALOON



1
(土)

おとなのアートセラピーサロン

置く・切る・貼る・ちぎる・描く…
心と対話するセルフセラピーです。

日時：8月1日(土)13:00～
場所：姫路市中央市民センター(姫路市本町)
会費：2,000円(要予約)
担当：うの はつみ さん

※遅れての参加も大丈夫です。

8
(土)

初心者大歓迎！ウォーキングから本格的なマラソンへ！

Happy Running Salon

トレーニングの後は、ヘルシーランチをいただきながら、簡単な講座でランニングについて学びを深めていきます。

日時：8月8日(土)10:00～
集合：姫路キャッスルホテル集合
担当：日暮 宏一 さん



姫路城で地域貢献しませんか？

門番さくら組

今月は定例会です。

日時：8月8日(土)10:00～
場所：姫路市市民会館7F
担当：鶴鷹 敏一(鷹 たか陣) さん

様々なイベントで発表できるよう頑張っています！

生きがい亭落語サロン

今月は練習のみです。

日時：8月8日・29日(土)13:00～
場所：姫路市市民会館 7F
担当：前川 裕司 さん

9
(日)

お城のそうじ <<第287回>>

朝の涼しい時間にゴミひらい！

日時：8月9日(日)7:00～
場所：姫路城三の丸広場
担当：須鎗 則男 さん

毎月楽しくテニスで汗を流しています

テニスクラブ

日時：8月9日(日)13:00～15:00
場所：太子町総合公園 Fコート
担当：田附 弘之 さん (090-3269-4121)

ゴルフを楽しんで始めたい方、集合！

ビギナーズゴルフサロン

ゴルフを始めてみたい…
そんな方、大集合！

日時：8月9日(日)16:00～
場所：青山ゴルフ倶楽部 第1練習場
担当：田附 弘之 さん



11
(火)

毎回皆様の楽しいスピーチが聴けます！

話し方サロン

毎年恒例の納涼会です♪

日時：8月11日(火)18:30～
場所：カフェ Rei (姫路市忍町12)
会費：実費
担当：河本 栄味子 さん
山本 えり さん

18
(火)

あなた自身の価値観をより高く…

人間塾

人間塾では「生きる」をテーマに月1回勉強しています。平成27年は塾生が各自テーマを持って発表します。

今月は納涼会です！

日時：8月18日(火)18:30～
場所：「姫路本陣ビアガーデン」(姫路駅前 ピオレ姫路屋上)
会費：実費
担当：玉田 光久 さん



22
(土)

月に一度は早起きを試してみませんか？

朝活サロン

朝型生活にチャレンジ！『朝チャレ！』

日時：8月22日(土)7:30～8:30
場所：大陸本店
参加費：実費
担当：有元 純 さん

25
(火)

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

お月見に向けての小作品。

日時：8月25日(火)10:00～
場所：コムサロン21ルーム
会費：実費
担当：北野 華織 さん

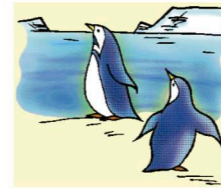
☆夏季休業日

8月13日(木)～16日(日)



☆8月の日程は未定です。

- ・パソコンクラブ
- ・地球村サロン



☆8月お休みです。

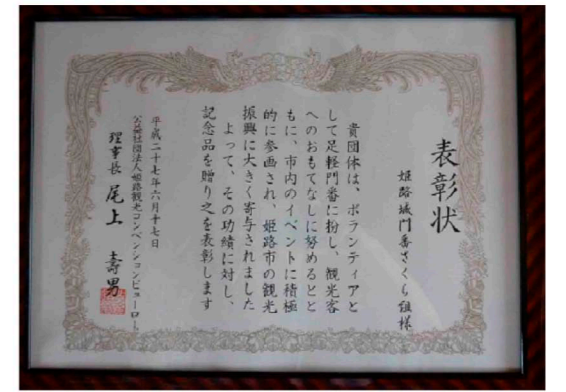
- ・かぶらっく
- ・着付けサロン
- ・川柳研究会
- ・コムサロン21ネットワーク交流会

☆コムサロン21ネットワーク交流会とは…

毎月第2木曜日にコムサロン21ルームにてコムサロン会員様の交流の場として開催。会員様ご自身を紹介していただきます。ボランティア活動だけでなく、ビジネスを含めた交流の場づくりを設けますので、ぜひご参加いただき、ご自身のネットワークづくりにご活用下さい！



祝！門番さくら組 受賞！



6月17日(水)門番さくら組が、公益社団法人姫路観光コンベンションビューローから、姫路市の観光振興に寄与したことで表彰されました！おめでとうございます！！



9月のコムサロン21の
メインイベントの告知です！

～NPO未来セミナー～

「超高齢化社会(介護)におけるNPOの役割」

今年は、「社会福祉法人KOBEMUSUKIRAKUEN」の高橋守雄氏をお迎えして、超高齢化社会における介護制度の現実や問題、矛盾点を学び、介護社会におけるNPOの新たな役割について、一考の場とさせていただきますと思っています。現在、介護に悩んでおられる多くの皆様のご参加をお待ち致しております。

講師：高橋 守雄氏
(社会福祉法人「KOBEMUSUKIRAKUEN」事務長)

日時：平成27年9月12日(土)
受付開始 16:00～
講演会(新館201号室) 16:30～18:15
懇親会(本館1階ホール) 18:30～20:30

会場：姫路商工会議所
会費：講演会のみ 1,000円
講演会+懇親会 6,000円



スタッフ便り

- システム手帳から、スマホの手帳アプリに切り替えました。意外と慣れたら色々なシーンで気軽に予定チェックができるのでとても便利です。(森の靴屋)
- 土用の時期にカビや虫の害から守るため、衣類や書物に風を通して陰干する事を土用の虫干しといいますが、私自身も風を通し悪いものを外に出したいですね。(どんだけ～)
- 暑い季節になりました。どうにかして涼しく過ごしたいし、体調を崩さないように気をつけたいです。いつまでも元気でいたいですから…(あ!?)
- 夏生まれですが暑さは大変苦手です(；_；)でも若い頃のような食欲減退は無くなりこれは進歩している!? (図太くなっただけという心の声) (よし!!)
- 暑くなってきましたが、部屋のクーラーが去年から壊れています。いつまで耐えられるかチャレンジ中(；_；)ですがあせもができました(；_；) (ゆきちゃんZ)
- 台風で1日早く夏休みに突入です。わが家のひと夏の電気料金は恐ろしいものとなっています。しっかり睡眠をとってこの夏をのりきりたいです。(ひなこ)

COM-SALOON