

滑石公民館はホームページからも申し込みできます。

滑石公民館		〒852-8061 長崎市滑石2丁目1-8 (横道バス停) TEL (856) 3751 FAX (856) 3857 ※駐車場有		講座時間 朝 10:00~12:00 昼 13:30~15:30			
区分	講座名	講師(敬称略)	回数	日時		備考	
散策	長崎再発見	東 秀信 ほか	5	5/14~6/11	火 朝	長崎の街を散策して歴史を学び長崎を再発見 〔受講料〕1,600円	
社会・経済	歴史に学ぶ長崎人	江越 弘人	4	4/24~6/5	隔週水 朝	長崎の歴史、長崎人の歴史を文献をもとに学ぶ 2・3回目は館外活動	
自然科学	野草散策	宮崎 勉	4	4/11~5/2	木 朝	春の野山や公園を散策して野草や薬草を観察	
家庭生活	おいしいパンづくり	森本 富士美	4	5/22、6/12 6/26、7/10	水 10:00~ 13:00	この春からパンづくりにチャレンジ 〔材料費〕2,500円	
	楽しいガーデニング	福見 千松	5	4/16~6/11	隔週火 昼	春の寄せ植え、小物盆栽やかご編みづくり 〔材料費〕2,000円	
	花のある生活 ~プリザーブドフラワー &トロッケンゲシュテック~	中田 弘子	3	4/25、5/23 6/20	木 朝	季節に合ったアレンジをつくり、彩りある暮らしを 〔材料費〕6,000円	
	春のアロマスプレーづくり	A	黒田 聖子	1	4/20	10:00~ 11:30	アロマ(精油とドライハーブ)を組み合わせて、お気に入りの香りのスプレーをお部屋やマスクに ABとも同じ内容 ※どちらかを選択 〔材料費〕600円
		B		1	5/18		
	人生100年時代! 未来のための健康 プロジェクト講座 〔対象〕60歳以上	地元「公民館」元氣プロジェクト講師	3	5/16~5/30	木 10:00~ 11:30	人生100年時代、ずっと元気に過ごすための秘訣や ポイント・制度を紹介	
	わたしと家族の「そうぞく」講座 〔対象〕60歳以上		2	6/13・20	木 10:00~ 11:30	「相続」が「争族」にならないための準備を	
初心者向け「資産形成」講座	1		7/11	木 10:00~ 11:30	将来設計や夢をかなえ、生活を豊かにしてくれる資産 形成の基礎知識を解説		
芸術・文化	やきもの事始め	学習グループ なめし696	5	4/12、5/7 5/10・14・17	火・金 朝	世界に一つだけ 自分だけの器を 初心者大歓迎 〔材料費〕800円	
	書道しよう(初級編)	石本 双葉	4	6/4~6/25	火 朝	久しぶりに筆を持つ人の書道(楷書)の初級講座 〔材料費〕300円	
	名作映画を観る	公民館職員	6	4/19、5/24 6/21、7/19 8/23、9/20	金 昼	懐かしい洋画を鑑賞 毎月初めに電話で予約を。先着30人	
運動・健康	ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	早田 ちあき	4	5/14~6/4	火 10:00~ 11:30	気持ちよく身体を伸ばしながら心身をバランスよく整 える健康体操 〔受講料〕1,600円	
	健康ストレッチ	佐藤 晶子	4	6/14~7/5	金 10:00~ 11:30	ストレッチ体操で健康で柔らかい身体づくりを 〔受講料〕1,600円	
	イスを使って自分体操 〔対象〕60歳以上	園川 真紀	4	5/10~6/7 ※5/31休	金 朝	イスに座ってするストレッチ体操 〔受講料〕1,600円	