

南公民館はホームページからも申し込みできます。

南 公 民 館		〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号（浪の平バス停上） TEL (825) 0295 FAX (825) 0294 ※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	長崎の風景を歩く	山口 広助 ほか	5	9/11~10/23 ※9/18,10/9休	月 朝	人気講師とともに、新しい視点で長崎の風景を尋ねる。風景や過去の人々との営みを感じながら長崎を楽しむ ・2回目以降は館外研修
社会・経済	絵図でさぐる長崎学	村崎 春樹	4	9/21~10/12	木 朝	長崎に残る史料に基づき、江戸時代の長崎をひもとく ・4回目は館外研修
科学・自然	里山散策 ～秋の植物を楽しもう～	福見 千松	3	10/12~10/26	木 朝	山野草の名前、利用方法などを学ぶ ・2、3回目は館外研修
文学	南山手の文学館	上出 恵子	4	10/6~10/27	金 昼	有名な作家の代表的な作品を視点を変えながら深堀していく
	芥川龍之介の「羅生門」を読む	西 史紀	4	10/18~11/8	水 朝	〔受講料〕1,000円（4回分） 〈最少催行人数8人〉
家庭生活	バラエティクッキング	山口 裕子	3	10/18 11/1・15	水 朝	和洋中の簡単でヘルシーな料理 〔材料費〕1,800円（3回分）
	家庭でできるおいしいパン作り		3	10/7・21 11/11	土 9:30~12:30	パン作りの基本と家庭でも手軽にできるレシピ 〔材料費〕1,500円（3回分）
	食改さんの介護食教室	食生活改善推進協議会南支部	1	9/29	金 朝	料理未経験の方でも大丈夫 〔材料費〕300円
	食改さんの生涯骨太クッキング 〔対象〕男性		1	11/9	木 朝	料理の基本や、覚えておきたい「男性料理」 〔材料費〕300円
	山野草の寄せ植え・Xmasリース	福見 千松	2	11/30、12/7	木 朝	〔材料費〕1,000円（2回分）
	浪の平ふれあい学校 〔対象〕60歳以上	長崎みなとメティカルセンターほか	9	9/19~11/14	火 朝	健康、人権、音楽鑑賞、ウォーキングなど ・館外研修あり
芸術・文化	素敵なグラスアート	酒井 美穂	2	11/15・29	水 昼	カラーフィルムと鉛のリード線で作るステンドグラス風の作品 〔材料費〕2,400円（2回分）
	筆ペン・硬筆の実用総合講座 （個別学習）	古木 義明	4	10/7~10/28	土 朝	〔受講料〕1,300円（4回分）〔用紙代〕100円 〈最少催行人数5人〉
	フラワーアレンジメント	松下 みき	2	10/23、11/20	月 昼	〔受講料〕3,400円（2回分、材料費含む） 〈最少催行人数10人〉
	フラ、踊ってみませんか？	林 真理	5	10/12~11/9	木 10:00~11:30	〔受講料〕2,000円（5回分） 〈最少催行人数3人〉
運動・健康	キレイな姿勢で歩くために 《骨盤底筋編》 〔対象〕女性	井上 圭子	4	9/20、10/4、 10/18、11/1	水 19:00~20:30	〔受講料〕2,000円（4回分） 〈最少催行人数6人〉
	健康体操 「金曜日のさわやかストレッチ」	野口 信貴	5	9/29~10/27	金 朝	〔受講料〕1,000円（5回分）
	健康体操 「土曜日のさわやかストレッチ」		5	9/30~10/28	土 15:30~17:00	〔受講料〕800円（5回分）
情報機器	パソコン教室（ワード） ～Wordの基礎・基本をマスターしよう～	浜都 貞子	6	10/13~11/24 ※11/3休み	金 朝	〔受講料〕3,500円（6回分） 〔テキスト〕1,320円（要・不要を記入） 「よくわかる初心者のためのWord2016」 〈最少催行人数8人〉
	パソコン教室（エクセル） ～Excelの基本操作をマスターしよう～		6	10/13~11/24 ※11/3休み	金 昼	〔受講料〕3,500円（6回分） 〔テキスト〕1,320円（要・不要を記入） 「よくわかる初心者のためのExcel2016」 〈最少催行人数8人〉

◆◆◆◆◆ 子育て応援講座 ◆◆◆◆◆

えほんのじかん

絵本と触れ合いながら、楽しいひと時を過ごしましょう。親子で、おじいちゃんやおばあちゃんと・・・お気軽にお立ち寄りください。

期 日 毎月第4木曜日（11月、12月は第3木曜日）
時 間 11:00～
対 象 乳幼児と保護者
講 師 公民館職員
※申込不要

