

北公民館はホームページからも申し込みできます。(抽選結果は4/10頃までにお知らせします。返事が届かない場合には、お問い合わせください)

北公民館		〒852-8135 長崎市千歳町5-1 (若葉町バス停) TEL (845) 6362 FAX (845) 6954 ※駐車場有 (有料)		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	長崎歴史探訪 散策編	山口 広助	4	5/1~5/22 予備日5/29	木	昼	道ノ尾、滑石、住吉界隈の散策 小雨決行 ※上り下り 3km ほど歩きます。 [受講料] 2,000円 (4回分)
	長崎歴史探訪 座学編		2	6/26、7/3	木	昼	長崎三大騒動、長崎の祭礼と長崎くんち
社会・経済	茶の間の経済学	山口 純哉 (ほか)	4	5/10~5/31	土	朝	長崎大学経済学部の先生方による研究内容の紹介や時事問題に関する解説
国際	フランス語会話入門	阿南 婦美代	5	4/24~5/22	木	朝	基本的な日常会話やフランス文化を楽しく学ぶ [テキスト代] 2,000円
	中国語会話入門	木浦 鈴子	5	5/13~6/10	火	18:30~ 20:30	基本的な日常会話をもとに長崎観光案内にトライ
	初心者にもわかる韓国語	荒木 恵子	5	5/14~6/11	水	18:30~ 20:30	初心者の方も楽しく学べる [テキスト代] 1,980円
家庭生活	公民大学 (対象) おおむね 60 歳以上	みなとメディカル (ほか)	4	5/13~6/3	火	朝	健康づくりや暮らしを豊かにする毎回違う内容
	おしゃれなカゴづくり	山本 厚子	4	5/10~5/31	土	朝	クラフトバンド (紙ひも) でカゴ編みの基礎 [受講料] 材料費込み 3,000円 (4回分)
	はじめてのレーザークラフト	吉田 麻子	3	5/13~27	火	昼	本革でオリジナル小物を作る [受講料] 1,600円 (3回分) [材料費] 2,000円 (3回分)
	みそづくり A (麦みそ)	久保 桂奈	1	5/21	水	10:30~ 12:00	[材料費] 麦 み そ 2.5kg 2,800円 (保存袋付)
	みそづくり B (合わせみそ)		1			13:30~ 15:00	[材料費] 合わせみそ 2.5kg 3,300円 (保存袋付)
	ほっこりおうちパン	山下 睦美	3	5/14、6/11 7/9	水	10:00~ 13:00	手ごねして手作りのパンを作ります [材料費] 3,000円 (3回分)
	パパッとできる家庭料理	藤中 百合枝	3	4/16~4/30	水	10:00~ 13:00	愛情と栄養を込めて楽しくパパッと作ります [材料費] 3,000円 (3回分)
芸術・文化	今昔物語集のおもしろあれこれ Part II	岩永 克子	5	4/30~6/4 5/28休み	水	昼	Part I に続き、様々なエピソードを紹介
	みんなで歌おう	色摩 妍翠	4	4/18~5/9	金	朝	心に残る昔懐かしい歌の合唱
	暮らしに役立つ筆ペン講座	小松 明美	5	5/19~6/23 6/9休み	月	昼	筆ペンの持ち方、暮らしにすぐ役立つ文字を学ぶ [受講料] 3,400円 (5回分)
	北公民館ロードショー	公民館職員	5	4/23、5/28 6/25、7/23 8/27	第4水	14:00~	懐かしい洋画を上映 申込不要、先着 60 名
運動・健康	フィットネス&ストレッチ	AKIKO	4	4/18~5/9	金	10:00~ 11:30	ハワイアンミュージックの動きとストレッチ [受講料] 1,000円 (4回分) <最少催行人数 20 人>
	脳トレに役立つスクエアステップ	福田 一子	3	6/27~7/11	金	10:00~ 11:30	脳トレに役立つこと一番! [受講料] 無料
	エクササイズ&コンディショニング	土手 由美	5	5/16~6/20 5/23休み	金	朝	筋肉のバランスや姿勢を整えてカラダ改善 [受講料] 2,000円 (5回分) <最少催行人数 15 人>
	リラックスヨガ	山口 恵実	5	5/8~6/5	木	19:00~ 20:30	座り姿勢で固まった筋肉をほぐし呼吸を整える [受講料] 1,500円 <最少催行人数 15 人>
	みんなの健康講座	済生会长崎病院 専門スタッフ	4	5/17、6/21 7/19、8/16	第3土	13:30~ 14:30	医療専門スタッフによる最新情報
情報機器	エクセルを使った名簿作成のコツ	渡邊 慎太郎	3	5/7~5/21	水	朝	自治会、同窓会、親族名簿作成や検索を学ぶ ※パソコンはこちらで用意します
	スマホで LINE をさらに詳しく	渡邊 慎太郎	3	5/7~5/21	水	昼	知りたいことにお答えします。 ※ご自分のスマホをお持ちください

### チトピーお話のへや

絵本の読み語り、紙芝居、パネルシアターなど親子で楽しみましょう。最後に、その日に感じたことを絵に描いて、その絵を図書室に展示します。

期 日 毎月第 2 土曜日 (2 月無)  
時 間 15:00~16:00 ※申込不要  
対 象 幼児・小学生低学年とその保護者  
講 師 黒田 田鶴子 先生 ほか



下のコードから北公民館のホームページをご覧になれます。



### 北公民館ロードショー上映予定

4/23 シェーン 5/28 ローマの休日  
6/25 郵便配達は二度ベルを鳴らす  
7/23 黒水仙 8/27 心の旅路  
9/24 雨に唄えば 10/22 タイタニックの最期  
11/26 グレン・ミラー物語  
12/24 アンナ・カレニナ 1/28 赤い靴  
2/25 フランケンシュタイン  
3/25 素晴らしき哉、人生!