

申し込み方法は、右下の「滑石公民館からのお知らせ」をご覧ください。

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	5/13~6/10	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	長崎史から解く日本史	原口 茂樹	4	4/25~6/6	隔週金 朝	長崎の歴史について、文献、映像、フィールドワーク、実習を通して長崎史、日本史について学ぶ 2回目は浦上めぐり	
自然科学	野草散策	宮崎 勉	4	4/17~5/8	木 朝	春の野山や公園を散策して野草を観察	
家庭生活	野菜で元気に美しく	藤中 百合枝	4	5/23~6/13	金 10:00~13:00	野菜ソムリエに学ぼう！野菜を摂って楽しい食事 [材料費] 4,000円	
	パンづくりを楽しもう	山口 亜希子	4	5/1~5/22	木 10:00~12:30	パンづくりの成型や工程等の基本を学びパンづくりを楽しむ [材料費] 1,600円	
	楽しいガーデニング	福見 千松	5	4/22~6/24	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 ~ブ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	4/24 5/22、6/19	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	黒田 聖子	1	4/19	土 10:00~11:30	アロマ (精油) 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 [材料費] 600円	
	ロールオンアロマ (香油) づくり	黒田 聖子	1	5/17	土 10:00~11:30	アロマを使って、お気に入りの香りのロールオンアロマをつくる ※マカダミアナッツオイルなどナッツ由来の植物油を使用するため、ナッツアレルギーの方は受講をご遠慮願います [材料費] 700円	
	女性のための「健康づくり栄養」講座 [対象] 女性	地元の「公民館」元氣プロジェクト講師	2	5/15・22	木 10:00~11:30	身体の中から美しく！秘められた野菜のチカラなど、楽しくわかりやすく紹介	
初心者向け「資産形成」講座 [対象] 20~50歳代の資産形成を始めたいと考えている方	2		5/29・6/5	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	4/18、5/13 5/16・20・23	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	
	水墨画入門	東 西望	5	6/5~7/3	木 昼	「墨」一色で表現する水墨画の技法・基礎を学ぶ [材料費] 700円	
	名作映画を観る	公民館職員	6	4/18、5/23 6/20、7/18 8/22、9/19	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	5/13~6/3	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	6/13~7/4	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	5/9~6/6 ※5/30は休	金 朝	イスに座ってするストレッチ体操 [受講料] 1,600円	

### 滑石公民館からのお知らせ

#### 「名作映画を観る」上映予定

初めて観る人も、何回も観た人も感動させる名画を上映します。

<上映予定> 4/18 名犬ラッシー  
5/23 ニューオーリンズ  
6/20 アリババと四十人の盗賊  
7/18 硫黄島の砂  
8/22 折れた矢  
9/19 フランケンシュタイン

※入場無料です。  
※各月の映画は、公民館ホームページまたは公民館内の掲示物で確認してください。  
※都合により上映する期日や映画が変更することがあります。  
※申込は、当月初めに電話か来館して予約してください。

#### 申し込み方法

以下の3通りの方法があります。

いずれの場合も申し込み締め切りは、**令和7年3月31日(月)17時(必着)**です。

1. 『ホームページ』から申し込む場合

※右の二次元コードからお申し込みください。



※3月中旬以降

2. 『往復はがき』で申し込む場合

1 講座につき1人1枚の往復はがき(170円)で申し込んでください。  
【往信用裏面】に、①講座名 ②氏名(フリガナ) ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号(昼間連絡がとれる番号)を記入してください。  
【返信用表面】に、あなたの〒ご住所とお名前を記入してください。

3. 『来館』して申し込む場合

1 講座につき1人1枚の返信用はがき(85円)を持参の上、来館してください。  
【はがき表面】に、あなたの〒ご住所とお名前を記入してください。

※申し込み多数の場合は、抽選を行い、結果は全員にお知らせします。