

外海公民館だより

「春の講座」のご案内 令和7年2月号

〒851-2403
 長崎市神浦江川町2番地
 電話・Fax：0959-24-0460
 E-mail：sotomek@mxa.cncm.ne.jp
 （休館日：火曜日と祝日の翌日）

令和7年度「春の講座」のご案内です。歴史や文化、趣味、健康など、多種多様の講座を用意していますので、多くの皆様のご参加をお待ちしています。申込方法等の詳細については、裏面をご覧ください。

1 成人講座

講座名と会場	講師	日 時	備 考
外海の潜伏キリシタン ～ 出津集落～ 〔集合〕外海の出津集落駐車場	外海観光ガイド協会 中村 和正 氏	5/9(金) 10:00～12:00	出津教会や旧出津救助院などの施設を巡りながらド・ロ神父の軌跡をたどる 〔入館料〕710円（3ヶ所）〔定員〕15名 ※ 集合場所は外海中学校の近く
池島炭鉱坑内体験 〔集合〕神浦港	三井松島 リソース	5/23(金) 10:00～14:00	トロッコでの坑内探検、坑内機器の模擬操作体験など 〔船賃〕940円 〔体験料〕2,720円（市内在住65歳以上無料） 〔持参〕昼食・飲物 〔定員〕20名
県民の森自然観察 〔集合〕県民の森 森林館	県民の森 インタープリターの会	4/25(金) 10:00～12:00	緑豊かな森林の春の草花、きれいな溪流、さわやかな風を満喫しよう 〔定員〕15名
外海の食材でランチタイム ～ 伝統柑橘ゆうこう～ 〔会場〕黒崎地区公民館	平バーカリー 代表 平 則子 氏	5/22(木) 10:00～12:00	ゆうこう入りのパンやゼリーにスープを添えてランチタイムを楽しもう 〔材料費〕500円 〔定員〕10名
布細工の壁飾り ～ 伝統工芸（押し絵）～ 〔会場〕外海公民館	趣味の民芸 日宇みや子 氏	6/6(金) 13:00～16:00	厚紙を切り抜いた絵柄に綿をのせて布で包み、貼り合わせた布細工（例：羽子板などの飾り） 〔材料費〕1,000円 〔定員〕10名
かわいい人形のアクセサリー ～ ドールチャーム～ 〔会場〕黒崎地区公民館	パッチワークの会 講師 山下美由紀 氏	6/13(金) 13:00～16:00	女の子をモチーフにした小さなぬいぐるみのアクセサリーを作ろう 〔材料費〕1,000円 〔定員〕10名
ハンドベルを鳴らしてみよう① 〔会場〕黒崎地区公民館	ハンドベルコミュニティー 講師 山口万寿美 氏	6/27(金) 13:30～15:00	ハンドベルの持ち方や音の鳴らし方などの基礎からはじめ、簡単な曲を演奏できるようになる 〔持参〕筆記用具
ハンドベルを鳴らしてみよう② 〔会場〕外海公民館	ハンドベルコミュニティー 講師 山口万寿美 氏	7/4(金) 13:30～15:00	※ ①と②の内容は同じ ※ ①のみ受講、②のみ受講 ①②両方受講 いずれも可
名作映画館 〔会場〕黒崎地区公民館	公民館職員	4/23(水) 5/28(水) 13:30～15:30	世界の名作洋画を大きなスクリーンで楽しもう ※ 申込不要 〔定員〕なし 4/23：黄色いリボン 5/28：ジャンヌ・ダーク
みんなで楽しく健康体操 ～ チェアピクス&シナプロジー～ 〔会場〕黒崎地区公民館	エアロピクスインストラクター 岩永加世子 氏	5/15(木) 6/19(木) 7/17(木) 10:00～11:30	座って行うエアロピクス（チェアピクス）と脳に刺激を与える運動（シナプロジー）で、楽しく笑って健康維持・介護予防 〔持参〕タオル、飲物、体育館用靴（お持ちの方）
卓球を楽しもう 〔会場〕外海公民館	公民館職員	6/4(水) 6/18(水) 7/2(水) 7/16(水) 10:00～12:00	ゲームを中心に卓球を楽しみ、心身をリフレッシュしよう 〔定員〕14名 〔持参〕タオル、飲物
健康麻雀 〔会場〕黒崎地区公民館	公民館職員	5/26(月) 6/9(月) 6/23(月) 7/7(月) 13:30～16:30	「友達や仲間作り」や「頭の運動など健康作り」の一環として、純粋に麻雀を楽しもう 〔定員〕8名

2 青少年講座（保護者は参観できます。）

講座名と会場	講師	日 時	備 考
軽スポーツ&レク 〔会場〕外海公民館	公民館職員	5/17(土) 6/21(土) 7/19(土) 10:00～12:00	ボッチャ、モルックなどの軽スポーツや室内レクを楽しもう 〔対象〕小学生 〔定員〕15名 〔持参〕飲物

令和7年度 外海公民館「春の講座」申し込み

1 申込受付

- (1) 申込期間 令和7年3月1日(土)～3月31日(月)
 ※ 3月31日以降後も定員以内であれば受け付けます。お問い合わせください。
- (2) 抽 選 3月31日(月)までに定員を超えた場合は抽選(当館にて公正に)を行います。
- (3) 決定通知 受講の可否を4月当初にお知らせします。
- (4) その他 個人情報(住所・電話番号)は諸連絡および緊急時の連絡以外には使用いたしません。

2 申込方法 ※ 注意…複数の講座を1枚の往復ハガキ、FAX、Eメールで申し込みできます。

- (1) 往復はがき(往信用の裏面に以下を記入してください。)
- ① 希望講座名 ② 受講者氏名(ふりがな) ③ 年齢(青少年講座は学校名と学年)
 ④ 郵便番号・住所 ⑤ 電話番号 ⑥ 青少年講座は保護者氏名
- (2) 窓 口 外海公民館にて(9時～16時50分)
- (3) 電 話 0959-24-0460(9時～16時50分) ※ 窓口・電話は休館日を除きます。
- (4) F A X 0959-24-0460
- (5) Eメール 往復はがきの①～⑥の内容を記入してください。
 アドレス: sotomek@mx.cncm.ne.jp こちらから送信できます。 ⇨



切り取り不要です

申 込 用 紙 (窓 口 お よ び F A X 用) F A X : 0 9 5 9 - 2 4 - 0 4 6 0

◆成人講座

希望の講座に○印をお付けください。 ※ 複数可	<input type="checkbox"/> 外海の潜伏キリシタン	<input type="checkbox"/> 池島炭鉱坑内体験
	<input type="checkbox"/> 県民の森自然観察	<input type="checkbox"/> 外海の食材でランチタイム
	<input type="checkbox"/> 布細工の壁飾り	<input type="checkbox"/> かわいい人形のアクセサリー
	<input type="checkbox"/> ハンドベルを鳴らしてみよう ①	<input type="checkbox"/> ハンドベルを鳴らしてみよう ②
	<input type="checkbox"/> みんなで楽しく健康体操	<input type="checkbox"/> 卓球を楽しもう
	<input type="checkbox"/> 健康麻雀	
ふりがな 氏 名	年 齢 () 歳	住 所 〒 -
連絡先	電話番号 ※ 昼間に連絡可能な番号をお願いします。	Eメール 又は FAX番号 ※ お持ちの方は必ずご記入ください。

◆青少年講座

申し込み場合は○印をお付けください。	<input type="checkbox"/> 軽スポーツ&レク	
ふりがな 氏 名	学校名 学 年 小学校 年	
保護者氏名	住 所 〒 -	
連絡先	電話番号 ※ 昼間に連絡可能な番号をお願いします。	Eメール 又は FAX番号 ※ お持ちの方は必ずご記入ください。

◆申し込み、問い合わせ

長 崎 市 外 海 公 民 館	長 崎 市 神 浦 江 川 町 2 番 地	
(休館日: 火曜日と祝日の翌日)	電話・Fax: 0959-24-0460	