

香焼公民館はホームページからも申し込みできます。

# 香焼公民館

〒851-0310 長崎市香焼町501番2号(田の浦バス停)  
TEL:(871) 5213 FAX:(871) 5213 ※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
経済・社会	古文書から読み解く「長崎学講座」	村崎 春樹	2	10/17、10/31 金 朝	知れば知るほどもっと知りたくなる長崎の歴史・風俗・民俗を深掘り
家庭生活	おうちも気持ちもスッキリ「お片づけ」	金原 由納	1	10/ 3 金 朝	今年最後の片づけは“ムリなく”“ムダなく”“心地よく”。これで大掃除もラクラク!
	かんたん de おいしい「しあわせパン教室」	山口 裕子	2	10/10、11/14 金 9:30～12:30	家庭で手軽にできるパンと相性ぴったりのひと皿 材料費:1,200円(2回分)
	暮らしにうらおい「クラフトバンド小物」	平戸 都紀子	2	10/22、10/29 水 朝	小物づくりを楽しみながら基本の編み方を習得 材料費:1,500円(2回分)
	香りのチカラで整う「アロマじかん」	竹本 圭子	2	11/ 1、11/15 土 13:30～15:00	植物の精油の効能を知って癒しや体調管理に活用 受講料:1,500円(2回分、材料費含む) 最少催行人数:4人
	知って楽しむ「秋の園芸」	福見 千松	2	11/21、12/19 金 昼	植物のツルを使ったかご編みと季節の寄せ植え 材料費:1,000円(2回分)
	ドライフラワーの魅力「クリスマスリース」	小石 桂子	1	12/ 6 土 14:00～16:00	クリスマス気分をやさしく盛り上げるリース 材料費:1,700円
芸術・文化	映画と時代を考える	公民館職員	7	9/16～3/17 火 昼	懐かしい洋画の名作をホールで鑑賞 ※申込不要
	子ども映画館	公民館職員	3	10/25、1/17、3/14 土 10:30～11:30	アニメ(日本の昔ばなし、世界の童話など)鑑賞 ※申込不要
	心のままに「パステルアート」	平川 愛子	1	12/ 9 火 13:30～16:00	粉状のパステルを使ってアート作品を制作 受講料:1,000円(材料費含む)
運動・健康	心と体がよるこぶ「リラクゼーションストレッチ」	野口 信貴	4	10/ 2、10/23、11/ 6、11/27 木 14:00～16:00	体の隅々まで伸ばして、無理なく筋力もアップ 受講料:800円(4回分)
	股関節を中心に「真向法体操」	宿輪 美紀子	1	10/11 土 朝	シンプルな体操。体を大きくゆっくり動かして骨盤や姿勢を整え、心身をリフレッシュ!
	身も心もそう快!「ノルディックウォーキング」	柴田 啓子	2	11/ 5、11/12 水 朝	2本のポールを使うエクササイズとウォーキング ※ポールは講師が準備
	もれなく元気がもらえる「秋のレク活」	中島 るり子	1	11/28 金 朝	レクリエーションを楽しみながら、頭と体、心を活性化
情報機器	楽しむ・使える「パソコンよろず教室」	NPO法人 まちラボ	3	11/26、12/ 3、12/10 水 14:00～16:00	最近のパソコンの活用法・楽しみ方を紹介。今さら聴けないパソコンのお悩みなどの相談もOK ※パソコンは公民館用を使用。持ち込みも可
	LINE(ライン)からはじめる「スマホ講座」	NPO法人 まちラボ	2	12/ 3、12/10 水 朝	LINEの使い方を中心に、便利なアプリの紹介やスマホ使用上の注意点など

## 香焼公民館のイチオシ

### 【香りのチカラで整う「アロマじかん」】

植物の精油には様々な効能があります。精油の選び方や活用方法を学んで、暮らしに取り入れてみませんか。アロマソルトと練り香水を作ります。

期 日:11/ 1、11/15  
※土曜日(全2回)  
受講料:1,500円(2回分)  
※材料費含む  
時 間:13:30～15:00  
講 師:竹本 圭子 先生  
最少催行人数:4人



### 【ドライフラワーの魅力「クリスマスリース」】

シックな色合いと素朴な花材でまとめたドライフラワーで作るリースはいかがですか。

期 日:12/ 6  
※土曜日(全1回)  
材料費:1,700円  
時 間:14:00～16:00  
講 師:小石 桂子 先生



作品例

### 【心のままに「パステルアート」】

“絵心がない”という方も型紙を使うので安心!パステルを指先で塗りつけていると癒されます。来年の干支「馬」を思いのままに描きましょう。

期 日:12/ 9  
※火曜日(全1回)  
受講料:1,000円  
※材料費含む  
時 間:13:30～16:00  
講 師:平川 愛子 先生



作品例



映画館に近い雰囲気でお楽しみいただけます

### 【映画と時代を考える(毎月第3火曜日)】

古き良き時代の名作洋画はいかがですか。

期 日:9 /16 「イースター・パレード」  
10/21 「リオ・グランデの砦」  
11/18 「三つ数えろ」  
12/16 「黒水仙」  
1 /20 「サムソンとデリラ」  
2 /17 「海外特派員」  
3 /17 「巴里の屋根の下」

時 間:13:30～15:30

参加無料・申し込み不要

