

# 外海公民館だより

## 「秋の講座」のご案内 令和7年7月号

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

多種多様の講座を計画しました。多くの皆様のご参加をお待ちしています。 ※ 申込期間 8月1日～8月31日

講座名と会場	講師	日時	備考
池島炭鉱坑内体験 〔集合〕神浦港	三井松島 リソース	10/3 (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〔定員〕20名 〔体験料〕2,720円(市内在住65歳以上無料) 〔船賃〕940円〔持参〕昼食・飲物
外海の潜伏キリシタン ～黒崎地区～ 〔集合〕黒崎地区公民館駐車場	外海観光ガイド協会 中村 和正 氏	11/7 (金) 10:00～12:00	枯松神社や黒崎教会、外海潜伏キリシタン文化資料館などを巡る〔定員〕15名〔入館料〕200円
神浦のまち歩き 〔集合〕外海公民館駐車場	神浦のまちガイド 日宇みや子 氏	11/13 (木) 10:00～12:00	神浦城公園や神浦神社など、神浦地区の歴史や文化を訪ねる〔定員〕15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	11/21 (金) 10:00～12:00	秋の草花、きれいな溪流、さわやかな風を満喫しよう〔注意〕急傾斜を活かした健脚コースです。無理のないようご参加ください。〔定員〕15名
外海の潜伏キリシタンに学ぶ 〔会場〕外海公民館	外海観光ガイド協会会長 松川 隆治 氏	12/8 (月) 13:30～15:30	人権啓発研修会、外海の潜伏キリシタン弾圧などの歴史を振り返り、人権問題を考える〔定員〕20名
ふわふわパンでランチタイム 〔会場〕黒崎地区公民館	平バーカリー代表 平 則子 氏	10/9 (木) 10:00～12:00	ふわふわのパンに季節の野菜サラダとスープを添えて、楽しくランチタイム〔定員〕10名 〔材料費〕700円〔持物〕エプロン、三角巾
外海の郷土料理でお正月 ① ～からべ煮しめ～ 〔会場〕外海公民館	がんばろう会代表 川口カズエ 氏	12/3 (水) 10:00～12:00	「からべ煮しめ」のおせちでお正月を祝おう〔定員〕10名〔材料費〕700円 〔持物〕エプロン、三角巾
外海の郷土料理でお正月 ② ～からべ煮しめ～ 〔会場〕外海公民館		12/10 (水) 10:00～12:00	※ ①・②は同じ内容です。申し込みは①・②のどちらか一つを選んでください。
遠藤周作の文学と歩み ～生誕100年を振り返る～ 〔会場〕遠藤周作文学館	遠藤周作文学館 学芸員	9/26 (金) 10:00～12:00	文学館設立の経緯や遠藤周作の生涯を振り返り、遠藤周作の文学に親しむ〔定員〕15名〔入館料〕360円
ハンドベルを奏でよう 〔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	10/17・31 11/14 (金) 13:30～15:00	ハンドベルのいろんな演奏方法を学び、素敵な音色を響かせよう〔定員〕15名〔持参〕筆記用具 
名作映画館 〔会場〕外海公民館	公民館職員	① 10/29 (水) ② 11/26 (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 ① シャレード(オドリ・ハガチ) ② 哀愁(ワグリア・リ) 〔定員〕なし ※申込不要
まゆ玉のお正月飾り 〔会場〕外海公民館	趣味の民芸 日宇みや子 氏	12/5 (金) 10:00～12:00	養蚕や豊作を祈る「まゆ玉」の素敵なお正月飾り〔定員〕10名 〔材料費〕1,000円〔持参〕裁縫道具
ちりめんで作る干支のお人形 〔会場〕外海公民館	パッチワークの会講師 山下美由紀 氏	12/11 (木) 13:00～16:00	かわいい干支のちりめん人形で、新年をお出迎え〔定員〕10名〔持参〕裁縫道具 〔材料費〕1,200円(別途ケース代：希望者)
ちりめんで作る雛人形 〔会場〕外海公民館	パッチワークの会講師 山下美由紀 氏	2/6 (金) 13:00～16:00	かわいいちりめんの雛人形で、桃の節句を祝おう〔定員〕10名〔持参〕裁縫道具 〔材料費〕1,600円(別途ケース・小物代：希望者)
みんなで楽しく健康体操 ～チェアピクス～ 〔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	9/18、10/23 11/27 (木) 10:00～11:30	座って行うエアロピクス、音楽に合わせて楽しく笑ってエクササイズ〔定員〕30名 〔持参〕タオル、飲物、体育館用靴(お持ちの方)
ダンスワークショップ 〔会場〕外海公民館	ダンススクール SPACE☆UNION 代表 雅 KAZZ 氏	9/20、10/18 11/15 (土) 10:00～11:30	ヒップホップに挑戦し、楽しみ合い、笑い合おう！ 〔対象〕小学生〔定員〕20名 〔持参〕タオル、飲物 
LINEから始めるスマホ講座 〔会場〕黒崎地区公民館	NPO法人 まちらポ	9/5・12 (金) 10:00～12:00	LINEの使い方と楽しみ方、注意点など〔定員〕12名〔持参〕スマホ、筆記用具

※ 裏面へ続きます。(講座の紹介・申し込み)

卓球を楽しもう（秋） 〔会場〕外海公民館	公民館職員	9/3・17、 10/1・15（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
卓球を楽しもう（冬） 〔会場〕外海公民館		1/21、2/4、 2/18、3/4（水） 10:00～12:00	※（秋）・（冬）は同じ内容です。申込みはどちらか一つ、あるいは両方のいずれも可能です。
健康麻雀（秋） 〔会場〕黒崎地区公民館	公民館職員	9/8・22、 10/6・20（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
健康麻雀（冬） 〔会場〕黒崎地区公民館		1/19、2/2、 2/16、3/2（月） 13:30～16:30	※（秋）・（冬）は同じ内容です。申込みはどちらか一つ、あるいは両方のいずれも可能です。

## ※ 会場・集合場所

右の5ヶ所になります。  
お間違いのないようお越しください。

外海公民館（神浦江川町2 0959-24-0460）  
黒崎地区公民館（下黒崎町 5157-1 0959-25-0136）  
ながさき県民の森 森林館（神浦北大中尾町 693-2 0959-24-1660）  
遠藤周作文学館（東出津町 77 0959-37-6011）  
神浦港（神浦江川町 657 0959-24-0211）



きりとり不要

# 令和7年度 外海公民館「秋の講座」申し込み

## 1 申込受付

- (1) 申込期間 令和7年8月1日（金）～8月31日（日） ※定員以内であれば、締切後も受け付けます。  
(2) 抽 選 8月31日（日）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9月当初にお知らせします。  
(4) その他 個人情報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（複数の講座を1枚のハガキやその他の方法で申し込みます。）

- (1) 往復はがき（往信用の裏面に以下を記入）  
①希望講座名 ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥小学生は学校・学年・保護者氏名  
(2) 窓 口 外海公民館にて（9:00～16:50）…休館日を除く。  
(3) 電 話 0959-24-0460（9:00～16:50）…休館日を除く。  
(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。 ⇔



## 3 申込用紙（窓口およびFAX用） FAX：0959-24-0460

希望の講座に○印をお付けください。複数可（ただし「外海の郷土料理でお正月①・②」はどちらか一つ）					
<input type="checkbox"/> 池島炭鉱坑内体験	<input type="checkbox"/> 外海の郷土料理でお正月①	<input type="checkbox"/> みんなで楽しく健康体操			
<input type="checkbox"/> 外海の潜伏キリシタン～黒崎地区～	<input type="checkbox"/> 外海の郷土料理でお正月②	<input type="checkbox"/> ダンスワークショップ			
<input type="checkbox"/> 神浦のまち歩き	<input type="checkbox"/> 遠藤周作の文学と歩み	<input type="checkbox"/> LINEから始めるスマホ講座			
<input type="checkbox"/> 県民の森自然観察	<input type="checkbox"/> ハンドベルを奏でよう	<input type="checkbox"/> 卓球を楽しもう（秋）			
<input type="checkbox"/> 外海の潜伏キリシタンに学ぶ（人権）	<input type="checkbox"/> まゆ玉のお正月飾り	<input type="checkbox"/> 卓球を楽しもう（冬）			
<input type="checkbox"/> ふわふわパンでランチタイム	<input type="checkbox"/> ちりめんで作る干支のお人形	<input type="checkbox"/> 健康麻雀（秋）			
	<input type="checkbox"/> ちりめんで作る雛人形	<input type="checkbox"/> 健康麻雀（冬）			
ふりがな 氏名	年齢	小学生 のみ	小学校	年	保護者氏名：
住所 〒 -	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 E-mail：sotomek@mx.cncm.ne.jp

