

# 浪の平ふれあい学校



文化教養・健康・歴史・人権など、毎回テーマを変え、幅広い内容で、だれでも気軽に学べる講座です。  
60歳以上の方対象。

時間：10:00～12:00  
会場：南公民館  
講師：日程参照  
定員：50人  
受講料：無料

## 日程

※さわやかウォーク…雨天時は名画鑑賞

回	期日	学 習 内 容		講 師
1	4/14 (火)	◎開講式・オリエンテーション 講演「体験して分かる認知症！今からできる予防と工夫」	座学	長崎みなとメディカルセンター 森内 慎也 先生（作業療法士）
2	4/21 (火)	沖縄民謡と三線&ギターとサックスの生演奏	鑑賞	江口 英二 先生（ギター&サックス） 畠中 由美子 先生（三線）
3	4/28 (火)	気軽におうちストレッチ	運動	野口 信貴 先生
4	5/12 (火)	さわやかウォーク① 今一度平和の尊さを実感するために ～平和公園から浦上天王堂～	外歩き	公民館支援ボランティア
5	5/19 (火)	お茶の間経済学 社会福祉を取り巻く状況と今後の展望	座学	長崎大学経済学部 教授 山口 純哉 先生
6	5/26 (火)	人権啓発研修会	座学	天福寺 住職 塩屋 秀見 先生
7	6/2 (火)	さわやかウォーク②ニューヨーク・タイムズ 2026年に行くべき52か所に長崎が選定された場所を巡る。 思案橋→中茶屋→大徳寺→喫茶富士男	外歩き	「ニューヨーク・タイムズ 2026年に行くべき52か所への長崎選定」
8	6/9 (火)	地域防犯講座～詐欺から身を守るため～	座学	大浦警察署 生活安全課 ソニー生命 ライフプランナー
9	6/16 (火)	楽しいレクリエーション ◎閉講式	運動	中島 るり子 先生

●申込期間 令和8年3月1日（日）～令和8年3月31日（火）必着

### ●申込方法

#### ①電子申請システムによる申し込み

右下の2次元コードを読み取るか、長崎市電子申請サービスを検索し「令和8年度春の公民館講座【長崎市南公民館】」から申し込む。

#### ②往復はがき(170円)による申し込み

往信用はがきの裏に講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、返信用はがきにはあて名をお書きください。

#### ③来館による申し込み

返信用はがきをご持参ください。

※応募者多数の場合は、抽選を行い結果をお知らせいたします。



### ●申込み・問合せ先

長崎市南公民館 〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号

TEL095-825-0295 FAX095-825-0294

Email com\_minami@city.nagasaki.lg.jp

※南公民館のその他の情報は

長崎市南公民館

検索