



香焼公民館 HP

発行 長崎市香焼公民館 〒851-0310 長崎市香焼町 501-2 TEL/FAX 095-871-5213



秋の講座 募集開始

8月 夏真ただ中、暑いですね(;^_^

公民館では「春の講座」が終わり、「夏休み子ども講座」が開幕！

そして、いよいよ「秋の講座」の申込が始まりました。受付期間は8月1日(土)～8月31日(月)です。秋の講座は裏面でチェックしてください(^^)／



春の講座フォト日記

ドライフラワーの魅力「花のある小さなしあわせ」



7/11(土) 麦わら帽をドライフラワーで飾り、素敵な帽子が完成しました。

女性のちょい漏れに「骨盤底筋トレーニング」



7/8・15・22・29(水)の4回、骨盤周りの筋肉を中心にしたトレーニング、ちょっとキツイかなと思いつつも、意識を集中して頑張りました。

参加無料。申し込みは不要です。

映画と時代を考える

8/21 (火) 13:30～

オズの魔法使い

1939年／102分／カラー

監督 ヴィクター・フレミング

出演 ジュディ・ガーランド

農場に住む少女ドロシーは、虹のどこかにより良い場所があると夢見ている。竜巻で魔法の国に飛ばされたドロシーが、愛犬のトトや道中で出会った仲間たちと願いを叶えるための冒険に出る。ドロシーは仲間たちと共に、苦難を乗り越え、それぞれ「本当に欲しかったもの」に気づいていく成長の物語

お問い合わせどうぞ \(\^^\)(^^)／

映画館気分
増量中！

ホールで
上映します。

家族等介護教室

会場：香焼公民館

日時 9月8日(火) 14:00～15:30

「介護の仕方」、「今後の介護のため勉強」など介護への疑問や不安を解消するための教室が開催されます。

◎内容 高齢者の栄養補給について、身体の特徴、栄養補給の重要性、介護の注意などの講義と試食や試飲で学ぶ

◎対象 介護に関心のある方

◎定員 20名程度(参加費無料)

◎講師 森永乳業クリニコ(株)北九州営業部
長崎オフィス チーフ 吉田 真望 氏

【申込・お問い合わせ先】

長崎市深堀・香焼地域包括支援センター

TEL 095-895-7007 FAX 095-895-7008

秋の講座ご案内

申込方法 次のいずれかの方法で8月1日(土)～8月31日(月)にお申し込みください。※必着
※申し込み多数の場合は抽選になります。あらかじめご了承ください。

●往復はがき 1枚に1講座ずつ ①講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④住所 ⑤電話番号と
返信用のあて名を書いて香焼公民館(〒851-0310 香焼町 501-2)へ。

電子申請
サービス

●公民館窓口 あて名を書いた返信用はがき(1講座につき1枚)をご持参ください。

●ホームページ 香焼公民館【講座情報】のページから「電子申請サービス」を利用して
お申し込みください。スマートフォンの方はコチラからどうぞ!



講座名／講師	日 時	内容／材料費等
おうちも気持ちもスッキリ「お片づけ」 ～新年を気持ちよく迎える整理収納～ 講師：金原 直美 先生	11/17 火曜日 10:00～12:00	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です【定員:24名】
かんたん de おいしい「しあわせパン教室」 講師：山口 裕子 先生	9/25・10/30 金曜日 9:30～12:30	家庭でも手軽にできるパンと相性ぴったりのひと皿を作ります 材料費：1,200円(2回分) 【定員:16名】
暮らしにうるおい「クラフトバンド小物」 講師：平戸 都紀子 先生	10/21・28 水曜日 10:00～12:00	小物づくりを楽しみながら、基本の編み方を身につけましょう 材料費：1,500円(2回分) 【定員:24名】
知って楽しむ「四季の園芸」 講師：福見 千松 先生	11/2(木)、12/11(金) 13:30～15:30	春先まで楽しめる寄せ植え 材料費：1,000円(2回分) 【定員:16名】
フレッシュで飾る 「クリスマスガーランド」 講師：小石 桂子 先生	12/5 土曜日 14:00～16:00	クリスマスに飾るフリッシュな花材で作るガーランド 材料費：2,500円 【定員:12名】
鍛冶屋さんが教える「包丁研ぎ」 講師：宮本 清幸 先生	10/9 金曜日 14:00～16:00	包丁の部位の名称、基礎知識を学んだ後、研ぎの実技 【定員:12名】
映画と時代を考える	毎月第3火曜日 13:30～15:30	懐かしい洋画の名作を鑑賞します。ホールの大画面で映画館気分
子ども映画館	9/19・11/21 土曜日 10:30～11:30	アニメ「日本昔ばなし」「ハローキティ」シリーズなどを上映します
心のままに「パステルアート」 講師：平川 愛子 先生	11/10 火曜日 13:30～16:00	パステルを指先で塗りつけ「スノードーム」を描こう 材料費：1,000円 【定員:16名】
下手がいい 下手でいい「絵てがみ」 講師：市川 洋子 先生	9/17(木)、10/6(火) 13:30～15:30	はがきに水彩画、水墨画を描き、絵てがみを出そう【定員:16名】
心と体がよるこぶ 「リラクゼーションストレッチ」 講師：野口 信貴 先生	10/22、11/5・26、 12/3 木曜日 14:00～16:00	気持ちよ～く全身を伸ばして、無理なく筋力もアップしましょう 受講料：800円(4回分) 【定員:60名】
心身をリフレッシュ「真向法体操」 講師：宿輪 美紀子 先生	10/14 水曜日 10:00～12:00	呼吸に合わせて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！【定員:30名】
もれなく元気がもらえる「秋のレク活」 講師：中島 るり子 先生	11/27 金曜日 10:00～12:00	レクリエーションを楽しみながら、頭と体、心を活性化しませんか。 【定員:30名】

申し込みは
必要ありません
お気軽にどうぞ