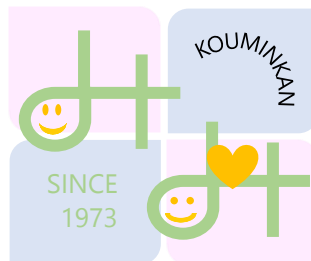


みなみやまて 2026 8月号



南公民館だより

長崎市浪の平町7番19号 電話 095-825-0295



ホームページは
こちらから▶▶



春の講座への感謝と、健やかに乗り切る夏の暮らし

新緑の季節からスタートした「春の講座」は、おかげさまで多くの方々にご参加いただき、すべてのプログラムを無事に終了することができました。熱心に学ばれる姿や、受講生同士の温かい交流の笑顔がたくさん見られ、私たち職員にとっても大変励みになる豊かな時間となりました。

ご参加いただいた皆様、そして運営を温かく支えてくださったボランティアの皆様、地域の皆様に、心より深く感謝申し上げます。

さて、暦は8月を迎え、いよいよ夏本番となりました。南山手の美しい坂道に照りつける日差しも、一段と強くなっています。本格的な夏がやってきて、非常に暑い日が続いています。熱中症にかからないように気を付けてください。「ちょっと涼みたいな」と思われたら、どうぞ遠慮なく水分補給やひとやすみにお立ち寄りください。



現在、南公民館では19の自主学習グループが活動しています。みなさん、楽しそうに取り組まれています。そこで、今回は自主学習グループの中の一つを紹介します。

◇ サンフラワー（英会話）◇

第1・2・3 金曜日 13:30～15:30

日本語が堪能でチャーミングな講師の先生を中心に、毎回笑い声の絶えない賑やかな時間が流れていました。

先生のユーモアたっぷりの手引きのおかげで緊張もほぐれ、受講生の皆様が「英語で話す楽しさ」を生き生きと体感されている様子がとても印象的でした。「間違えても大丈夫!」とお互いに励まし合いながら、温かく、一步踏み出せる素敵な学びの場となっています。



夏休み子ども講座始まる!

子ども講座への多数のご応募ありがとうございます。

まだ、下記の講座は余裕がありますので、**電話(825-0295)でお申し込みください。**

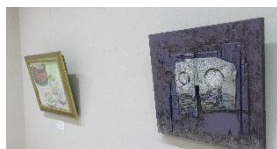
- ・地域学習～南山手地区のひみつを知ろう～
7/28(火) 9:00～11:00
- ・中学生のためのお菓子作り講座
～バナナアイスとクッキーブラウニー～
8/4(火) 10:00～12:00 (800円)
- ・電波教室～よく聞こえるラジオづくり～
8/22(土) 10:00～12:00 (無料)

ぎやらりー・みなみ

水陽会(水彩画)

7/15(水)から9/2(水)までです。10/7(火)からはMYアートの作品を展示予定です。

1階玄関ホールでは7/29(水)から9/9(水)まで南版会の作品が展示されます。ぜひご覧ください。



【今月の新刊】

一般書

- ・ファイア・ドーム上 辻村 深月/著
- ・ファイア・ドーム下 辻村 深月/著
- ・花の色図鑑 橋本 実千代/監修
- ・記憶にない殺人 エイミー・ティンテラ/著
- ・サクラサク、サクラチル 辻堂 ゆめ/著
- ・よくわかる「情報I」の基本と仕組み 野田 ユウキ/著
- ・サナエノミクスによろしく 明石 順平/著
- ・病気がわかる健康診断の読み取り方 北村 聖/監修・執筆

児童書

- ・にゃんこかぞくおふろのじかん KORIRI/作
- ・虫のウラがわ図鑑 高岡 昌江/文
- ・はらぺこあおむし エリック・カール/さく

お申し込み

申込方法

- 往復はがきに、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、南公民館（〒850-0936 長崎市浪の平町 7-19）へ。1枚のはがきに1講座のみ。
 - 窓口でも申し込みできます。（はがき持参）／受付日時：月曜日～土曜日の9:00～17:00
 - ホームページ「南公民館（講座情報）」の電子申請システムからも申し込みできます。
- ※申し込み多数の場合は抽選です。結果は9月上旬（予定）に通知します。

長崎市南公民館		〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号（浪の平バス停上） TEL (825) 0295 FAX (825) 0294 ※駐車場有 〈休館日〉日曜日・祝休日・年末年始（12/29～1/3）			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	
散策	長崎の風景を歩く	山口 広助 ほか	4	10/14～11/4	水 朝	人気講師と共に新しい視点で長崎の風景を尋ねる ・館外研修 〔受講料〕2,000円（4回分）	
社会・経済	絵図でさぐる長崎学	村崎 春樹	4	9/10～10/1	木 朝	長崎に残る史料に基づき、江戸時代の長崎をひもとく ・4回目は館外研修	
自然科学	里山散策 ～秋の植物を楽しもう～	福見 千松	2	11/12・19	木 朝	山野草の名前、利用方法などを学ぶ ・館外研修	
	山野草の寄せ植え・Xmasリース		2	12/10・17	木 朝	〔材料費〕1,000円（2回分）	
文学	南山手の文学館	上出 恵子	4	9/15、10/20、 11/17、12/15	火 昼	有名な作家の代表的な作品を視点を変えながら深掘りしていく	
	俳句をはじめよう ～自分は初心者だと思おう人～	西 史紀	4	10/8～10/29	木 朝	〔受講料〕1,000円（4回分） 〈最少催行人数8人〉	
家庭生活	バラエティクッキング	山口 裕子	2	10/28、11/11	水 朝	和洋中の簡単でヘルシーな料理 〔材料費〕1,600円（2回分）	
	家庭でできるおいしいパン作り		3	10/17、 11/7・28	土 9:30～ 12:30	パン作りの基本と家庭でも手軽にできるレシピ 〔材料費〕2,100円（3回分）	
	食改さんの男性のための料理教室 〔対象〕男性	長崎市食生活 改善推進協議会 南支部	1	10/22	木 朝	料理の基本や、覚えておきたい「男性料理」 〔材料費〕500円	
	大人のスイーツづくり	濱口 理香	1	11/14	土 朝	大人のスイーツづくりにチャレンジ 〔材料費〕1,500円	
高齢者・元気	浪の平ふれあい学校 〔対象〕60歳以上	長崎みなと メディカル センターほか	9	9/15～11/24	火 朝	健康、人権、音楽鑑賞、ウォーキングなど ・館外研修あり	
文化・芸術	生活にちょっと活かせる筆ペン講座 （個別学習）	古木 義明	4	11/7～11/28	土 朝	〔受講料〕1,500円（4回分） 〔用紙代〕100円 〈最少催行人数8人〉	
運動・健康	初めてのフラダンス ～リズムに合わせて 楽しく体感ストレッチ～	林 真理	5	11/6～12/4	金 10:00～ 11:30	〔受講料〕2,000円（5回分） 〈最少催行人数5人〉	
	骨盤矯正エクササイズ 〔対象〕女性	井上 圭子	4	10/19、11/2、 11/16、11/30	月 朝	〔受講料〕2,000円（4回分） 〈最少催行人数6人〉	
	健康体操 「金曜日のさわやかストレッチ」	野口 信貴	5	9/25～10/23	金 朝	〔受講料〕1,000円（5回分）	
	健康体操 「土曜日のさわやかストレッチ」		5	9/26～10/24	土 15:30～ 17:00	〔受講料〕800円（5回分）	
情報機器	パソコン教室 ～「即戦力」へステップアップ！就職先の 事務職で困らないExcel活用術～	浜都 貞子	4	10/3～10/24	土 昼	〔受講料〕2,500円（4回分） 〔テキスト〕1,320円（要・不要を記入） 「よくわかる初心者のためのExcel 2021」 ※託児あり 〈最少催行人数8人〉	
	旅行に使えるスマホ講座 ～スマホのセキュリティを確認して 旅に出よう～	清水 恵三	3	11/28～12/12	土 朝	〔受講料〕1,500円（3回分） 〈最少催行人数10人〉	

えほんのじかん

絵本にふれながら、楽しいひと時を過ごしましょう。
親子で、おじいちゃんやおばあちゃんと・・・お気軽に
お立ち寄りください。

期 日 毎月第4木曜日

時 間 11:00～

対 象 乳幼児と保護者

講 師 公民館職員 ※申し込みは不要です。

南公民館の新しい秋の特別講座 It's NEW!! 乞うご期待！

○ 3回で仕上げる絵画教室

講 師 水本 睦也 先生

期 日 11月中旬頃から

◇全3回のステップで、絵の具を
乗せる心地よさと、絵が完成す
る感動を体験できます！

○ 表情筋＆お顔のセルフケア

講 師 井上 圭子 先生

期 日 11月初旬頃から

◇座ったままできるお顔の健康ト
レーニングです。健康で美しい
笑顔を手に入れませんか！