

中央公民館だより

きらきら★21

であい発見・いきがい創造を応援します

松浦市志佐町満免 1483-1 ☎73-0711

2025 1月号

ながさきピース文化祭2025

第40回国民文化祭、第25回全国障害者芸術文化祭

会期 7年9月14日(日)→11月30日(日)

志佐地区の人口推移
令和6年11月末日現在、
()は前月比

- ◆人口:6,312(+3)
- ◆男性:3,069(+10)
- ◆女性:3,243(-7)
- ◆世帯:2,961(-2)

きらきら講座

「千支(巳)の置物」

講師:清水 俱子 氏



謹んで新春のお慶びを申し上げます

皆様には、日頃より公民館活動に温かいご支援、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

本年も公民館が、地域の皆様の学びの場、集いの場となるよう職員一同努力してまいります。

皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

中央公民館職員一同

中央公民館主催「ギャラリー展」立川 清和 作品展

「写真のようなリアルな色鉛筆アート」

12月10日～26日まで開催しました。来場者からは「すごいとしか言いようがない。色鉛筆画に対する認識が改められた。」といったご感想をたくさんいただきました。写真では伝わらない原画の魅力にとっても感動されていたようです。中には「子どもたちにも見てもらいたい。小さい頃から良い物を見て感性を磨くことは大切だと思う。」といった声もいただきました。ご観覧いただいた皆様のおかげで素敵なギャラリー展になりました。皆さんに書いていただいた感想ノートを読んで立川さんも喜んでいらっしゃいました。今回、開催にあたり作品を快く出展くださいました立川さんに感謝申し上げます。たくさんのご観覧ありがとうございました。



まるで写真のような作品★

一般講座

「味噌づくり」

講師:榎元 あや子 氏

毎年人気のある講座のひとつです。手作り味噌は市販の味噌と違うおいしさがあります。力を入れてこねて、味噌の形になっていく工程は楽しいものです。3カ月間発酵させます。美味しくなりますように♪豚汁とおにぎりを講師の方が準備してくださり、とても好評でした。美味しかったです!

ありがとうございました。



中央公民館主催 Happy Christmas

2024クリスマス会開催しました!

ご出演、ご観覧いただきました皆様、ありがとうございました!
クリスマス会の様子は公民館だより2月号に掲載します。
きらきら21ロビーに写真を掲示しています。ぜひ、ご覧ください。

松浦市立図書館情報 ☎72-4677

★おはなし会★

毎週日曜日 11:00～
(5・12・19・26日)

★休館日★

6日(月) 9日(木) 14日(火)
20日(月) 27日(月) 30日(木)

年末年始休館日

12月28日(土)～
1月4日(土)

★としょかんシネマ★

1/18日(土)14:00～
「アルプスの少女ハイジ
ハイジとクララ」(91分)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
★新年の目標は決めましたか? 公民館講座に来てみませんか?			休館日			
5	6	7	8	9	10	11
			きらきら講座 リフレッシュ コンディショニング	ウォーキング	スクエアステップ	
12	13 成人の日	14	15	16	17	18
			きらきら講座	高齢者学級		
19	20	21	22	23	24	25
		一般講座				
26	27	28	29	30	31	
			きらきら講座			

◆◆◆ 1月の主催講座案内 ◆◆◆

健康づくり教室

(申込みは**不要**です。)

【スクエアステップ】

日時：1月10日(金)

9:30~11:30

場所：きらきら21 音楽練習室

講師：スポーツ推進委員 井手 ケイ子 氏

持参品：タオル、水筒

★次回→2月7日

【リフレッシュ・コンディショニング】

日時：1月8日(水)

13:30~15:00

場所：きらきら21 ホール1・2

講師：今福公民館 國安智子副館長

持参品：タオル、水筒、バランスディスク、顔晴カード

★次回→2月12日

【ウォーキング】

※雨天、荒天時は館内レクリエーションに変更します。

日時：1月9日(木)9:30~11:30

集合場所：きらきら21 エントランス

コース：志佐町内

持参品：タオル、水筒、帽子

★次回→2月13日

一般講座

【ホットケーキミックスで作るスコーン】

日時：1月21日(火)10:00~13:00

場所：きらきら21 実習室

講師：公民館職員

持参品：エプロン、三角巾、タオル、水筒

参加費：600円程度

定員：10人 **締め切り：1月17日(金)**

※空調が故障しています。各自で防寒対策をお願いいたします。できるだけ厚着でご参加ください。

高齢者学級

【いきいききらり(民謡と新春のつどい)】

「ながさき県民大学連携講座」】

日時：1月16日(木)10:00~12:00

場所：すこやか青プラザ4階

講師：吉浦 三貴子 氏

どなたでもご観覧いただけます

歌や踊りがお好きな方はぜひいらしてください♪お待ちしております。



きらきら講座

【切り絵&書初め】※見本は中央公民館にあります。

日時：1月8日(水)10:00~12:00

場所：きらきら21 研修室3

講師：公民館職員

アドバイザー：生涯学習課長 中野 正和 氏

持参品：筆ペン(書道道具でも可)

参加費：300円

定員：10人ほど **締め切り：1月7日(火)**

★色紙に切り絵を貼ります。見本分は用意します。他に貼りたい物があれば持ってきてください。目標や好きなことばなどを書きます。何を書くか考えてきてください😊

【ペーパークイリング】※見本は中央公民館にあります。

日時：① 1月15日(水)13:30~15:30

② 1月29日(水)13:30~15:30

場所：きらきら21 研修室3

講師：星鹿公民館 坂本理恵館長

持参品：ピンセット、ボンド

参加費：400円

定員：10人ほど



紙をクルクル巻いて作ります♪

締め切り：1月14日(火)

健康づくり教室

【ウォーキング】まだ寒さは厳しくない日のウォーキングでした。階段を登ったり、山道を歩いたりなかなかハードなウォーキングとなりました。皆さん筋肉痛は大丈夫でしたか？



●白浜の金刀比羅宮

高齢者学級

高齢者の食生活「減塩で健康長寿をめざしましょう」

講師：健康ほけん課 管理栄養士 末永 有貴 氏

調味料の種類や使い方を工夫するだけで減塩に繋がります。しょう油も「濃口」と「薄口」なら「濃口」の方が塩分量が少ないそうです。アジフライを食べる時もソースなどを「かける」から「つける」に変えるだけで減塩になります。講座中に塩分濃度が標準のおみそ汁を試飲しました。具だくさんおみそ汁を心がけましょう。



講座の申し込みは、土日祝日を除く8:30~17:15までに中央公民館へお願いします。