

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

2025 2月号

文化をみんなに
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12月末日現在、
 ()は前月比
 ◆人口:6,303(-9)
 ◆男性:3,065(-4)
 ◆女性:3,238(-5)
 ◆世帯:2,953(-8)

2024 Happy Christmas

クリスマス会開催しました!



オカリナマーコット



ALTs



志佐保育園



まつら音楽隊



サンタクロース登場!



劇団HAGUMI
図書館ボランティア



志佐なごみ会



調川公民館

昨年12月25日にクリスマス会を開催しました。ご出演、ご来場いただいた皆さんありがとうございました!たくさんの方にご協力いただき、楽しいクリスマス会となりました♪クリスマス会の写真はきらきら21 エントランスに展示しています。写真を見に、ぜひご来館ください。



きらきら講座

切り絵&書初め
 アドバイザー...生涯学習課長 中野 正和 氏
 和柄の折り紙で書初め用の色紙を彩る千支の切り絵をしました。書初めもアドバイスをもらいながら、集中して上手に書けました♪年の初めに相応しい豪華な色紙になったのではないのでしょうか。お家に飾ってみてくださいね。

ペーパークイリング

2回講座です。専用の道具で細い紙をクルクル巻いて作ります。思っていた以上にこれは楽しい!イメージ通りの形ができると達成感を得られます。完成した作品は中央公民館だより3月号に掲載します。お楽しみに♪

講師:星鹿公民館 坂本 理恵 館長



高齢者学級

「認知症予防について」「フレイル予防の食事について」
 講師:健康ほけん課 保健師 中野 由美子 氏
 管理栄養士 松尾 真子 氏



「昨日の夜ごはんは何を食べましたか?」直ぐに答えが出てきますか?加齢による「もの忘れ」と「認知症」は違います。認知症とは何か?を詳しく教えていただき、フレイル予防の食事や栄養についても学ぶことができました。受講された皆さん、資料によく目を通しながら、講師の話に熱心に耳を傾けていました。

一般講座

HMで簡単スコーン&豆乳コーンスープ



プレーン、チョコ、バナナ3種類のスコーン。

温かいスープで
体ホカホカ♪

月	火	水	木	金	土	日
★今年の恵方は「西南西やや西」です。定番だった七品巻以外にも、今は海鮮や揚げ物など色んな恵方巻がありますが、皆さんはどんな恵方巻がお好きでしょうか?					1	2
3	4	5	6	7 スクエアステップ	8	9
10	11 建国記念の日	12 リフレッシュ コンディショニング	13 ウォーキング きらきら講座	14	15	16
17	18 一般講座	19	20 高齢者学級 きらきら講座	21	22	23 天皇 誕生日
24 振替休日	25	26	27	28		

松浦市立図書館情報
☎72-4677

★おはなし会★
毎週日曜日 11:00～
(2・9・16日)

★休館日★
3日(月) 10日(月) 13日(木)
17日(月)～28日(金)

※蔵書点検のため休館します。休館期間の本の返却は返却ポストをご利用ください。

★としょかんシネマ★
2/8日(土)14:00～
「フランダースの犬」
(90分)

◇ ◆ ◇ 2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:2月7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→3月7日

【リフレッシュ・コンディショニング】

日時:2月12日(水)13:30~15:00
場所:きらきら21 和室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→3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:2月13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

★次回→3月6日

松浦市立公民館合同講座ウォーキング特別版

「いちご狩り」in モヤマファーム

3月27日(木) 午前開催!

※要予約※

3月3日(月) から受付開始です

●詳細は公民館掲示板、もしくは公民館
だより3月号をご確認ください。



一般講座



【チョコレートのお菓子】

日時:2月18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:800円程度

定員:10人 **締め切り:2月14日(金)**

※空調が復旧しましたが、チョコを扱うので室内の温度
管理をします。各自で防寒対策をお願いいたします。

高齢者学級

【はじめましょう介護予防】

日時:2月20日(木)10:00~12:00

場所:すこやか青プラザ4階

講師:長寿介護課 保健師

きらきら講座

【着物のミニタペストリー「押し絵」】

日時:① 2月13日(木)13:30~15:30

② 2月20日(木)13:30~15:30

場所:きらきら21 研修室3

講師:松永 恵子 氏

持参品:裁縫道具、厚紙(A4くらい)、ボンド、
キルト綿(厚め)※作品の大きさ分
ハサミ、手拭き

参加費:1,000円

定員:8人

締め切り:2月7日(金)



※見本は中央公民館にあります。
「押し絵」になります。
材料の「布」は講師の方が準備
します。持参したいという方
は申し込みの際にお知らせく
ださい。

~お詫び~

1月の講座について、健康づくり教室【スク
エアステップ】は暴風及び積雪のため、中止と
させていただきます。

高齢者学級【いきいききりり(民謡と新春の
つどい)「ながさき県民大学連携講座」】は講師
体調不良により、講座内容を変更して開催させ
ていただきました。

各講座、楽しみにされていた皆様には、ご迷
惑をおかけし大変申し訳ございませんでした。

尚、高齢者学級(民謡と新春のつどい)につ
きましては、日程などを調整し、改めて開催さ
せていただく予定でしたが、どうしても年度内
の開催が難しく、延期ではなく中止となりまし
たことをご報告いたします。何卒ご理解いただ
けますよう、よろしくをお願いいたします。

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。