

中央

公民館だより 2026
きらきら★21 1月号

でい発見・いきがい創造を応援します

松浦市志佐町浦免 1483-1 鮎73-0711



志佐地区の人口推移
令和7年11月末日現在、
()は前月比
◆人口:6,235(+24)
◆男性:3,006(+12)
◆女性:3,229(+12)
◆世帯:2,990(+24)

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



一般
講座

クリスマスケーキ ～ナッペ&デコレーション～

講師:おやつ屋ういーた
山口 紗季 氏



毎年恒例

味噌づくり

講師:JAながさき西海
ふれあい課



毎年大人気の味噌づく
みり教室。関吉麹屋さんの
手作り味噌は愛着が湧
きます。

きらきら
講座

干支(午)の置物

講師:清水 俱子 氏



*午年は飛躍の年とされています。馬は駆け抜ける姿から活力、躍動感を象徴し、「うま(馬)くいく」という語呂合わせもあり、幸運と成功を運ぶとされています。今年は「丙午」。やりたかったことに挑戦する年にしてみてはどうでしょうか。



健康づくり
教室

【ウォーキング】



志佐川に生息している鳥たちを眺めながら、遊歩道を歩きました。



【リフレッシュ・コンディショニング】
【スクワーステップ】



いきいき
学級

「歯と口のケアが 健康長寿の秘訣です」

講師:長崎県歯科衛生士会佐世保支部
久松 美也子 氏
口の中の健康を保つために舌や唇、頬、のど、あごなどを鍛える口腔体操を教えてもらいました。オーラルフレイルは口の機能の低下の手前の状態です。早めに予防して健康な状態に戻ることが大事になります。



中央公民館主催

クリスマス会 2025

12月25日(木)に開催しました!

ご出演協力をいただいた皆さん本当に
ありがとうございました☆クリスマス会の
記事は中央公民館だより
2月号に掲載予定です。
お楽しみに!



*中央公民館は劇団HAGUMI、図書館ボランティアと合同で朗読をしました。

生涯学習センター駐車場工事中

生涯学習センター駐車場工事のため、センター周辺にパネルが設置されました。館内入口までの歩道が見えづらくなりますが、通常通り中央公民館及び図書館は開館していますので、ご来館お待ちしております。工事車両の往来にご注意ください。臨時駐車場を使用の際は出入口前が道路ですので、歩行者、別車両に十分にご注意ください。

◆◆◆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 9日(金)9:30~11:30
場 所:きらきら 21 研修室1・2
講 師:公民館職員
持 参 品:タオル、水筒

★次回→2月 6日

【リフレッシュ・コンディショニング】

日 時:1月 14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

★次回→2月 18日

【ウォーキング】

日 時:1月 8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→2月 12日

一般講座

【ゆずの飲茶パン、抹茶の蒸しパン】

日 時:1月 20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、マスク、タオル、
水分補給用水筒
参加費:800円程度
定 員:10人

蒸し器を使って
調理します♪

締め切り:1月 16日(金)

レクリエーション俱乐部

【アクリルブロックデコレーション】

※見本は中央公民館事務室にあります。
日 時:1月 21日(水)13:30~15:30
場 所:きらきら 21 研修室1・2
講 師:公民館職員
持 参 品:使いたい写真やシールなど
参加費:500円程度
定 員:6人



締め切り:1月 16日(金)

いきいき学級

【いきいききらり(新春音楽のつどい)】

「ながさき県民大学連携講座」

日 時:1月 15日(木)10:00~12:00
場 所:すこやか青プラザ4階
講 師:微笑まり氏



どなたでも参加できます。音楽が好きな方はぜひ、いらしてください♪お待ちしております！

きらきら講座

【書初め】※色紙に目標や好きなことばを書きます。

日 時:1月 5日(月)13:30~15:30
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:書道道具(筆ペンでも可)
参加費:300円

申し込みは12月末日で締め切っています。

冬休み中の学生も大歓迎♪

※当日券あります。受付でお申し付けください。



1月 6日(火)

開 場 13:45
開 演 14:00
会 場 きらきら 21
2階ホール
観覧料 無料
※整理券配布
定員数 80~100人

1月 中央公民館主催講座カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
☆2026年スタートです! 今年もよろしくお願ひいたします。			1	2	3	4
					休館日	
5	6	7	8	9	10	11
きらきら講座	新春公演会		ウォーキング	スクエアステップ		
12	13	14	15	16	17	18
		リフレッシュ コンディショニング	いきいき学級			
19	20	21	22	23	24	25
	一般講座	レクリエーション 俱乐部				
26	27	28	29	30	31	

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。