



令和6年度

No.384

6月号

# ほしか

## 公民館だより

～生きがいと笑顔の交流広場～

～先月の講座のようす～

星鹿町の人口動態 ※()は前月比  
《令和6年4月末日現在》

人口: 1554(+5) 世帯: 774 (+1)

男性: 757(+4) 女性: 797(+1)

松浦市星鹿町下田免 448-4 Tel: (0956)75-1630

### 熟年大学

【中華ちまき作り】



初めて《中華ちまき》を作りました。もち米を使い、フライパンである程度作れるので簡単でした。とても美味しかったので家でも挑戦してみます♥



### 健康づくり教室

【リフレッシュ・コンディショニング】



お膝も  
マッサージ

足のつま先を見比べて…

バランスディスクを  
膝で挟んで 1・2・3…♪

### 手作り広場 【羊毛フェルト】①②



あと少し、頑張れ!!



《ひよこ》完成

2回の講座でしたが、とても難しく、あと少し時間が足りませんでした。残りは、家での宿題となりましたが、頑張って完成させましょう。…。



### 一般教養講座

【いちご大福作り】



(いちご大福) (ホイップあん大福)  
どちらも美味しそう(\*^-^\*)



★材料★  
白玉粉・あんこ・砂糖があれば、簡単に美味しい大福が作れます。あとはアレンジ!!

### 男性塾

【きままなランチ教室】

- \*ピビンバ丼
- \*そら豆とツナのマヨサラダ
- \*トマトのマリネ
- \*レタスと塩昆布のスープ
- \*いちご大福
- \*果物



今月より、メンバーが1名増えました。美味しいランチを食べて、楽しい時間を過ごしましょう…ネ!

### 女性塾

【グラウンドゴルフ】



参加者 13名…

◎チームに分かれて めざすはホーリンワン!!

審判をして頂いた  
星鹿GGC有志の皆さん、  
ありがとうございました。

《1位》

おめでとうございます



すばらしい(\*^-^\*)

# 6月の公民館主催講座案内

## 【熟年大学】

### 「ミニ七夕作り」

日時：6月5日(水曜日)  
10:00~11:30

場所：公民館・大会議室  
持参品：ボンド・目打ち・  
ピンセット・ハサミ  
材料費：400円程度  
講師：公民館職員

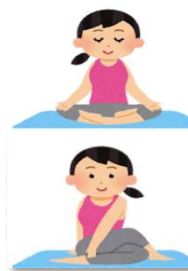


## 【健康づくり教室】

### 「コンディショニング・スクエアステップ」

日時：6月11日(火曜日)  
10:00~11:30

場所：公民館・ホール  
持参品：ヨガマット・タオル・  
バランスディスク・  
水筒・顔晴りカード



※運動しやすい靴でご参加ください。

講師：今福公民館 國安智子 副館長

## 【手作り広場】【一般教養講座】

### 合同講座

### 「タペストリー」

日時：6月10日(月曜日)  
6月24日(月曜日)  
7月 8日(月曜日) } 3回講座です  
10:00~12:00

場所：公民館・大会議室  
持参品：裁縫道具・キルト針・キルト糸・布(適量)  
材料費：150円程度(接着芯はこちらで準備します)  
講師：福島公民館 濱本幸子 副館長

会員以外の方も参加できます。  
**定員5名** ←定員になり次第  
締め切ります。

※星鹿にお住まいの方以外の  
人も参加できます。

締切日: **6月7日(金)**



見本は公民館にあります

## 【男性塾】

### 「きままなランチ教室」

日時：6月20日(木曜日)  
9:30~13:30

場所：公民館・調理室・和室  
持参品：エプロン・三角巾・マスク  
講師：公民館職員

仲間と料理を作って、食べて、  
おしゃべりをして、楽しい  
時間を過ごしてみませんか！  
※詳細は公民館へお問合せ下さい。



## 【女性塾】

### 「スーちゃんのちりめん キーホルダー作り」

日時：6月27日(木曜日)  
13:30~15:30

場所：公民館・大会議室  
持参品：ボンド・ハサミ・  
目打ち



1人、2個ずつの予定にして  
います。色・柄はこちらで分け  
させて頂きます。それぞれ違  
いますので予めご了承下

講師：公民館職員

## 《きらきら号》来館日程

6月4・18日(火)  
13:50~14:10



※時間が変更になっています。

【6月】松浦市税徴収出張所窓口は、

**28日(金)・7月1日(月)**

時間帯は、9時~12時までです。  
お間違いのないようにお願いします。

松浦市役所 会計課 (0956-72-1111 内線106)

講座の申込みは、土・日・祝日を除く、8:30~17:00  
までに星鹿公民館へご連絡をお願いします。