



～生きがいと笑顔の交流広場～

ほしか 公民館だより



令和7年
No.397

7月号

星鹿町の人口動態 ※()は前月比
《令和7年5月末日現在》

人口: 1,519 (-6) 世帯: 772 (-1)
男性: 734 (-2) 女性: 785 (-4)

松浦市星鹿町下田免 448-4 Tel: (0956) 75-1630

～先月の講座のようす～

熟年大学

【大人の塗り絵】

明治安田生命の高岡氏を
講師に迎え、それぞれ好
きな絵を選び、塗ってい
きました。

どの色にしよう～
これがいいかなあ～



健康づくり教室

【コンディショニング・スクエアステップ】



今月は《スクエアステップ》!! 一人で、右、左、右・・・
二人手をつないで、1、2、1、2・・・

男性塾

【気ままなランチ教室】



- *ステーキ
- *ご飯
- *コーンクリームスープ
- *ツナじゃがサラダ
- *コーヒー

今月は、皆さんが楽しみにしていた
《ステーキ》です。それと、旬の
じゃがいもを使った簡単料理!!
とっても美味しかったです(*^-^*)

一般教養講座

【焼き肉のタレ作り】



焼き
おにぎり

焼きそば



焼き
肉のタレ
完成♡

手作り広場

【クマのぬいぐるみ】



素敵な作品が
完成しました



女性塾

【フェルトあじさい作り】



フェルトで《あじさい》作り
をしました。11月の作品
展では、みんなの作品を集
め、大きな《あじさい》に
なるでしょう。お楽しみに!!



完成

《きらきら号》来館日

7月1日/15日/29(火)

14:00～14:20



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 令和7年9月14日(日)→11月30日(日)

7月の公民館主催講座案内

講座の申込みは、土・日・祝日を除く
8:30~17:15までに星鹿公民館へ
ご連絡をお願いします

【熟年大学】

「アルミアート」

日 時： 7月2日(水曜日)
10:00~11:30

場 所： 公民館・ホール

材料費： 200円程度

講 師： 公民館職員



【健康づくり教室】

「リフレッシュ・コンディショニング」

日 時： 7月8日(火曜日)
10:00~11:30

場 所： 公民館・ホール

持参品： タオル・ヨガマット・水筒
バランスディスク・顔晴りカード

講 師： 今福公民館 國安智子副館長



【手作り広場】「がま口バッグ①②③」

日 時： ①7月14日(月) 10:00
②7月28日(月) ~
③8月25日(月) 11:30

場 所： 公民館・大会議室

持参品： 裁縫道具一式・布・型紙

ミシンを持って来れる人は持って来てください。

材料費： 2,000円程度

講 師： 福島公民館 濱本幸子副館長

締切日
7月7日
(月曜日)



拡大

がま口

【手作り広場】は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方も参加できます。

【一般教養講座】

「季節の料理」

日 時： 7月9日(水曜日)
10:00~13:00

場 所： 公民館・調理室・和室

持参品： エプロン・三角巾・マスク・米(0.5合)

定 員： 8名程度

材料費： 800円程度

講 師： 柴山節子 氏

*ハーブご飯(ハーブ茶)
*新じゃがの蒸しサラダ
(マヨネーズ作り)
*ふわふわお好み焼き
(薬草入り)

献立

星鹿に
お住まいの方以外の
人も参加できます

【男 性 塾】「気ままなランチ教室」

日 時： 7月17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



【女 性 塾】

会員登録制の講座です。

「絵手紙」

日 時： 7月24日(木曜日)
13:30~15:30

場 所： 公民館・ホール

持参品： クレヨン(黒)・絵具・色鉛筆

講 師： 宮本安美 氏



高校・一般・障害のある方の作品を募集します
松浦市民文化祭【作品展示】/ながさきピース文化祭 2025
事業「松浦みんなの作品展」の出展者を募集します。

【開催日】 令和7年9月13日(土)~14日(日)

【場所】 松浦市文化会館

【出展資格】 原則として、15歳以上で市内に在住
または在学・通勤していること。

【出展内容】 書、絵画、写真、俳句、短歌、手芸、工芸、生花
など1人2点以内とし、自作のものに限る。

【申込期限】 令和7年8月15日(金)

【申込方法】 申込書に必要事項を記入の上、教育委員会
生涯学習課及び福島・鷹島分室、各市立公
民館に提出してください。(閉庁日を除く)

※申込書および開催要項は提出先に設置しています。

問合せ先 生涯学習課社会教育係(内線 340)

【7月】松浦市税徴収出張所窓口は、

30日(水)・31日(木)

時間帯は、9時~12時までです。

お間違い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)