～生きがいと笑顔の交流広場～

ほしか 公民館だより



令和8年度 10月号 No.412



～先月の講座のようす～

星鹿町の人口動態 ※( )は前月比
《令和８年８月末日現在》
人口：1,493(−2)　世帯：781(−1)
男性：710(±0)　女性：783(−2)

松浦市星鹿町下田免 448−4　℡(0956)75−1630

熟年大学　【モールの花作り】





モールをねじったりつまんだりして、可愛い花ができました。花束になってもっとステキになりました。

健康づくり教室　【リフレッシュ・コンディショニング】





２ヶ月ぶりに体がとてもスッキリしました！！

手作り広場　【干支の置物】




来年の干支のひつじを作っています。細かい作業に四苦八苦しましたが、段々と形になってきました。出来上がりまでもう一息、頑張りましょう（*^_^*）

一般教養講座　【楽しい料理教室】





ルーロー飯、豆腐とわかめの中華スープ、みかんゼリーを作りました。ゆで卵も添えて彩りもよく、とても美味しかったです。

男性塾　【気ままなランチ教室】

～～Menu～～
・和風チャプチェ
・簡単トロトロ茄子
・卵の中華スープ
・ゼリー　・コーヒー





春雨を使って和風チャプチェを作りました。トロトロ茄子は、電子レンジで加熱して味をつけるので超簡単で美味しかったです！！

女性塾　【簡単おやつ作り】





チュロスと２層のオレンジゼリーを作りました。
どちらも簡単に出来るので、家でも作ってみます！

星鹿公民館生涯学習協議会からのお知らせ

《令和８年度星鹿町民作品展》を開催します。

日 時 ：11月14日(土)・15日(日)
場 所 ： 星鹿公民館 ホール

皆様のご来場をお待ちしております。

〈熟年大学〉〈手作り広場〉〈女性塾〉〈一般教養講座〉で作った作品を出品して頂きますよう皆様のご協力をお願い致します。作品は公民館にご持参下さい。

令和8年度　星鹿町民作品展　作品募集

皆様の丹精込めて制作された作品を出品していただきますようお願いいたします。
たくさんの作品をお待ちしております。

展示日時：11月14日(土)　９：００～１７：００（最終入館１６：３０）
　　11月15日(日)　９：００～１５：００
展示会場：松浦市立星鹿公民館　ホール
出品部門：生け花、書、絵画、手工芸、写真、編み物、パッチワーク、陶芸、洋裁、
　　川柳、短歌、その他（公民館講座で制作した作品など）
申込方法：下記の出品申込書に必要事項をご記入頂き、提出してください。
申込期限：令和８年10月30日（金）
申込み先：松浦市立星鹿公民館　　電話：７５－１６３０

作品搬入：11月13日（金）１３：３０～１７：００
作品搬出：11月15日（日）１５：００～１７：００

◎ 作品の搬入・搬出の作業は、出品者が責任を持って行ってください。
◎ 作品撤去は、15日（日）、15時からになりますので時間厳守でお願いいたします。

キ　リ　ト　リ

令和８年度　星鹿町民作品展　出品申込書

部　　門	絵画　書　生け花　手工芸　写真　園芸　陶芸　洋裁 編み物　パッチワーク　俳句　短歌　他（　　）
ふりなが	
氏　　名 （または団体名）	
住　　所	松浦市星鹿町
電　話　番　号	（自宅）　－　　（携帯）　－　－
作　品　名 （複数可）	
パネル・机の数 フックの数	パネル（　　枚）　机（　　台） フック（　　個）

お問合せ‥‥星鹿公民館　７５－１６３０

10月の公民館主催講座案内

講座の申込は、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

【健康づくり教室】

「リフレッシュ・コンディショニング」



日　時：10月13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
講　師：今福公民館　國安智子副館長

【熟年大学】

「秋野菜を使った料理教室」

日　時：10月14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
材料代：1，000円程度
講　師：健康ほけん課　塚本氏
内　容：①ひじきサラダ
②スパイシーカレーチキン
③野菜ときのこのクリームスープ
④みかんゼリー

第2週の水曜日に変更になりました。ご注意ください。

【男　性　塾】「気ままなランチ教室」



日　時：10月15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
講　師：公民館職員

【一般教養講座】

「フライパンで作る
さつま芋のモンブランタルト」

日　時：10月23日（金曜日）
13:30～15:30
場　所：公民館・調理室・和室
持参品：エプロン・三角巾・マスク
直径12cm のタルトが入る容器
材料費：600円程度
定　員：8名程度
講　師：調川公民館　田中麻衣子指導員

締切日：10月16日（金曜日）

【手作り広場】「干支の置物」③

日　時：10月26日（月曜日）
10:00～11:30
場　所：公民館・大会議室
持参品：裁縫道具・はさみ
目打ち
前回までに作った物
講　師：今福公民館　宮崎かおり指導員



「お正月飾り」

11月のお知らせ

日　時：11月9日（月曜日）
10:00～11:30
場　所：公民館・大会議室
持参品：はさみ・ボンド・飾りたい花や水引など
グルーガン（持っていれば）
材料費：200円程度
講　師：公民館職員
定　員：5名　　締切日11月5日（木曜日）

【女　性　塾】「押し絵」

日　時：10月29日（木曜日）
13:30～15:30
場　所：公民館・ホール
持参品：ハサミ・ボンド・ピンセット
講　師：公民館職員

都合により第5週の木曜日に変更になりました。お間違えなく。

星鹿町民作品展（11/14、15）

芸術王決定戦

星鹿プレバト

星鹿をテーマにして、Ａ３用紙に自分の思う芸術を詰め込むだけ！！
絵画、俳句、書道などの芸術対決！！
参加費　０円！！
詳しくは　星鹿公民館まで（*^_^*）

《きらきら号》来館日程

10月　1日（木曜日）14:30～14:45
10月22日（木曜日）14:30～14:45