

講座風景

ハンドメイド教室

【モールフラワー～ひまわり～】

7月1日(水)、6日(月)

近年流行している韓国発祥の手芸、モールフラワーでひまわりの鉢植えを作りました。グルーガンの扱いに少し苦戦しましたが、モコモコとした質感が可愛いひまわりをたくさん咲かせることができました。水も要らず枯れないので贈り物にも喜ばれそうです♥



健康づくり教室

【コンディショニング】

7月9日(木)

今福公民館の國安智子副館長を講師に迎え、リンパの流れを促進し、関節を緩めて正しい位置に戻すコンディショニングを行いました。暑さにじっとしているより、体を動かして汗とリンパを流すと体も心も軽くなるのが実感できました♪



【健康体操】

7月16日(木)

福島保健センターの米山眞理保健師、香川しのぶ生活支援コーディネーターを講師に迎え、健康に関する講話を聞いた後、「いきいき百歳体操」を行いました。手足に重りをつけ、ゆっくりとした動きの繰り返しで筋力アップが期待できます。体操は今後も継続して行いますので、皆様のご参加をお待ちしています。



料理教室

【夏野菜で夏バテ予防】

7月15日(水)

健康ほけん課の塚本晃子栄養士を講師に迎え、夏野菜をふんだんに使った栄養たっぷりなヘルシー料理を作りました。試食の後に夏バテ予防のお話を聞き、食事と生活習慣を見直し、この暑い夏を乗り切ろうと思いました。



福島図書館より

【8月の休館日】

3日(月) 10日(月) 13日(木) 17日(月)
24日(月) 27日(木) 31日(月)

【きらきら号の巡回】

19日(水)

ひかりヶ丘保育園 10:35~10:50

福島会館 11:00~11:15

※小中学校への巡回はありません



福島町の人口

(令和8年6月末日現在)

人口: 2105 (-1)

男性: 1016 (-3)

女性: 1089 (+2)

世帯: 957 (+1)

※増減は前月比

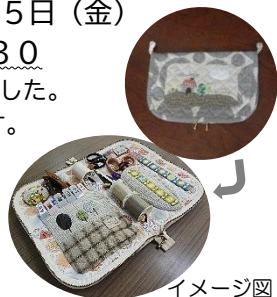


今月の主催講座

ハンドメイド教室【ソーイングケース】

日 時：8月28日(金)、
9月11日(金)、25日(金)
13:30~15:30
※7月号で誤りがありました。
訂正してお詫びします。

場 所：福島公民館 講座室
講 師：山縣文子さん
材料費：必要に応じて実費
持参品：裁縫道具 布など



申し込みは締め切りました

ふれあい料理教室【子どもと作るお弁当】

日 時：8月6日(木)
10:00~13:00

場 所：福島公民館 調理実習室
講 師：公民館職員
材料費：500円



メニュー：ミートボール、ウインナー飾り切り、
卵焼き、無限ピーマン、ミニトマト
持参品：米0.5合 エプロン 三角巾 マスク
弁当箱(600~700ml程度)

申し込みは締め切りました

夏休み子ども教室

6日(木)10:00~13:00 ふれあい料理【お弁当】
10日(月)10:00~12:00 えいごであそぼう
19日(水)13:30~15:30 電気のはなし
21日(金)9:30~11:30 工作【アクリルモップ】

福島プレーパーク (共催事業)

8月はお休みです

健康づくり教室

【ゆるトレ】

日 時：8月17日(月)
13:30~15:00

場 所：福島公民館 第3会議室
講 師：公民館職員

持参品：ヨガマット バランスディスク 飲み物
タオル2本(コンディショニング用・汗拭き用)

※動きやすい服装で参加してください

参加者随時募集中

【健康体操】

日 時：8月5日(水)、26日(水)
10:00~11:30

場 所：福島公民館 第1・2会議室
講 師：公民館職員

持参品：飲み物 タオル 重り(あれば)
※動きやすい服装で参加してください

参加者随時募集中

ウォーキング、バウンドテニスはお休みです

来月の参加募集案内

料理教室【薬膳料理】

日 時：9月4日(金)
10:00~13:00

場 所：福島公民館
調理実習室

講 師：柴山節子さん

定 員：10名

材料費：800円程度

持参品：米0.5合 エプロン 三角巾 マスク

申込締切：8月25日(火)



メニュー
★とうもろこし
ご飯
★豆腐ソーセージ
★オグット3種
★エゴマの佃煮
★ポトフ
★スポンジケーキ

松浦市民文化祭【舞台発表】の出演者を募集します

開催日：令和8年11月15日(日)

場 所：松浦市文化会館ゆめホール

出演資格：原則として、市内に在住または市内に勤務をしている人。

または、市内に活動の拠点を有している団体。

※市外の師範(先生)のみの出演は不可

出演内容：日本舞踊・詩舞・箏曲・民謡・詩吟・ダンス・コーラス など

提出先：申込書に必要事項を記入のうえ、9月14日(月)までに教育委員会生涯学習課
または福島・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)



各講座の申込・問合せは月~金(祝日を除く)の8:30~17:15に福島公民館(☎ 47-2006)まで
※松浦市内の各市立公民館主催講座等の案内は「市報まつうら」に掲載しています

講座等で公民館を空けることがあります。その際にご用の方は教育委員会福島分室(47-3111)までご連絡ください。
ご不便をおかけしますがご了承ください。