



今福

公民館だより
東部交流センター
ふくふく2011

令和6年

11月号

No. 226

松浦市今福町浦免 382-2

電話 74-1669



今福町民文化祭のお知らせ



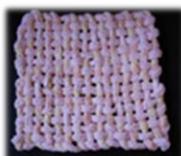
日時：11月2日（土）9：00～16：00

11月3日（日）9：00～14：00

場所：東部交流センターふくふく2011

（今福公民館・かじの葉ホール）

主催：今福地区社会福祉協議会・今福公民館



婦人学級「干支の置物(巳)」10/9(水)・16(水)

英語教室 10/10(木)



かわいい干支(巳)
完成しました！



朝ごはん (breakfast) について
学習しました。



🎃 ハロウィンかるたとりしま
した。単語をよ〜く聞いて〜。

先月の講座風景

リフレッシュコンテイング 10/11(金)

朝の読み聞かせ 10/15(火)

高齢者学級 10/18(金)



足の指を一本ずつ👉ほぐしたら、
アキレス腱も伸ばします。



一般教養講座「中華ちまき」10/25(金)



長寿介護課から講師を迎え「人
生会議」についてお話していただ
きました。誰でもいつかは医療や
介護などの支援を必要とする時が
訪れます。自分の思いや希望を信
頼する人たちと話し合い共有する
ことが大切です。自分らしく生き
るために今から備えておこうと思
います。



もち米を使い「中華ちまき」
を作りました。初めてでし
たがフライパンで作れるの
簡単でしたよ。とっても美
味しく仕上がりました👍
家でも作ってみます！

きらきら号

【今福公民館】

11月 1日(金) 10:10~10:40
19日(火)

【飛島地区】

11月16日(土) 14:00~15:00

今福町の人口動態 前月比

人口 2,438 -3

男子 1,166 -3

女子 1,272 ±0

世帯数 1,192 -2

令和 6年 9月末現在



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
📅 7月9月14日📅 → 11月30日📅

☆☆☆☆ 11月の講座案内 ☆☆☆☆

スクエアステップです！健康教室



【リフレッシュコンディショニング】

日時：11月 8日（金）10：00～11：30
 場所：東部交流センターふくふく 2011
 かじの葉ホール
 講師：公民館職員
 持ってくる物：タオル、水筒、ヨガマット
 顔晴りカード(毎回ご持参ください)

動きやすい靴でお越しください！

高齢者学級



【マジックショー】

日時：11月20日（月）10：00～11：00
 場所：高齢者コミュニティセンター
 出演者：氏山友巳氏



幼児教室



【ニュースポーツ】

日時：11月11日（月）10：00～11：00
 場所：今福こども園

朝の読み聞かせ



日時：11月12日（火）8：05～8：15
 場所：今福小学校

一般教養講座



【手作りクリームチーズでおやつ作り】

日時：11月18日（月）13：30～15：30
 場所：東部交流センターふくふく 2011
 調理実習室
 講師：公民館職員
 定員：8名程度
 持ってくる物：エプロン・頭巾・持ち帰り容器
 受講費用：800円程度

※キャンセルは3日前までをお願いします。

～講座の申し込みについてお知らせ～

11/1(金)は町民文化祭準備等のため受け付けられませんのでご了承ください。そのため講座の申し込みは11/5(火)からとなります。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

婦人学級



見本は公民館にあります！

【かぎ針ケース作り】

日時：11月22日（金）10：00～12：00
 12月 6日（金）10：00～12：00
 場所：東部交流センターふくふく 2011
 研修室
 講師：公民館職員
 持ってくる物：裁縫道具、定規、布
 ※申し込みされた方は、材料等の説明書をお配りしますので、公民館にお越しください。

12月の講座です
 申込可能です

一般教養講座

【松浦健味んメニュー】

※キャンセルは3日前までをお願いします

日時：12月 9日（月）10：00～13：30
 場所：東部交流センターふくふく 2011
 調理実習室
 講師：松浦市食生活改善推進員の皆さん
 定員：12名
 持ってくる物：エプロン、頭巾、巻きす、米1合、持ち帰り容器
 受講費用：200円
 メニュー：①さばのカレームニエル～トマトソースかけ
 ②しめじのいり豆腐③こんにゃくのテンメンジャン炒め
 ④季節野菜のみそ汁⑤藤寿司

放課後子ども教室

【英語教室】



日時：11月14日（木）15：30～16：30
 場所：東部交流センターふくふく 2011
 大会議室2・3
 講師：国際教育・活動支援員 角田知子