



〒859-4512 松浦市志佐町笛吹免920-1 TEL 72-0315



《教養講座》 春の花の寄せ植え



3月15日晴天に恵まれ春を感じる日差しのもと松尾農園様のご指導を受けて寄せ植え講座を実施しました。色とりどりの可愛い春の花を見ていると心が和みました。



## 先月の講座風景



《健康づくり教室》

リフレッシュ・コンディショニング



今年度最後のリフレッシュ・コンディショニングの締めくくりとして、全身をほぐした後に握力や椅子立ち座り等4項目の体力測定を行いました。皆さんコンディショニングを頑張っていたので良い成果が出ていました。



《出張講座》

出前講座  
悪質商法について



今回は、赤木公民館に訪問し、講師に消費生活センターから2名来ていただいたり、悪質商法の対処法などをビデオとかるた遊びで楽しく学んでいただきました。



### 上志佐の人口動向

(柚木川内～池成の8地区)

※令和6年2月末日現在 ( )は前月比

人口：928(+2) / 男：445(+1)

世帯数：397(±0) / 女：483(+1)

### 移動図書館★きらきら号★

場所：上志佐小学校

巡回日：4月16日(火)

時間：12:50～13:30

# 4月の公民館主催講座案内

## 健康づくり教室

### リフレッシュ コンディショニング



日時：4月24日(水)

13:30~15:00

場所：公民館2階集会室

講師：國安 智子 今福公民館副館長

持参品：敷物・バスタオル・フェイスタオル  
飲み物・顔晴りカード

## 健康づくり教室

### ウォーキング

日時：4月10日(水)

10:00~11:30

集合場所：上志佐公民館

持参品：飲み物・タオル



### ニュースポーツ

日時：4月17日(水)

13:30~15:00

市報4月号公民館講座の案内に掲載し予定して  
おりましたが、都合により中止としました。

講座のお申込みやお問い合わせは上志佐公民館 TEL72-0315 へ 月~金(祝日を除く) 8:30~17:00

市立公民館では「つどう」「まなぶ」「むすぶ」という3つの役割を果たすべく、住民のニーズ・地域の課題に対応したさまざまな学習の機会や情報を提供することをおして、豊かな人の輪と明るい地域づくりの推進に努めています。その中の1つに自主グループの育成・支援があります。

今回、新年度にあたり上志佐公民館の自主学習グループの案内を致しますのでご興味のある方は公民館へお問い合わせください。また、新たなグループで活動したいと思われる方もお問い合わせください。

種別	団体名	活動日
詩吟	詩吟愛好会	毎月 第2・第4火曜日
カラオケ	カナリヤ会	毎週水曜日
民謡	宝寿会	毎月 第2・第4火曜日
卓球	生き生きピンポン	毎週木曜日
手芸	ふみの会	毎週火曜日
文学	音読の会	毎月 第4月曜日
体操	ゆるリラ体操 上志佐クラブ	毎週火曜日(午前の部・夜の部)
体操	100才体操 上志佐くらぶ	毎週火曜日

**退任のご挨拶** この度、3月31日を持ちまして退職いたしました。5年間地域の皆様とふれあえてたいへん良い思い出となりました。また、公民館講座や作品展などで協力頂いた皆様にも感謝申し上げます。ありがとうございました。  
上志佐公民館 市山つた子