



### 先月の講座風景



物づくり教室

♡ ロングアームてぶくろ ♡

講師：佐藤 百合子氏 ほか 2名の先生方  
(手芸 たのしく編む会より)

2回の講座で、これからの季節にピッタリな『ロングアームてぶくろ』ができあがりました♪ 皆さん「2本で編むのは初めてで…」、「編み物なんて何十年ぶりかしら…」など、不安な気持ちがありつつのお申込みでしたが、一度編み始めるとス～スイ☆苦勞していたのは公民館職員のみ、、、奮闘しました！！！！；



### 健康づくり教室 ウォーキング



10月9日、ウォーキング予定にしておりましたが、参加者なしにより中止いたしました(; ; ) 来月は、中央公民館・御厨公民館との合同講座で、田代のコスモス畑を見に出かけますよ^^♪ ウォーキングコースまでは公用車移動になり、参加人数に制限がございます。申込みが必要になりますので、希望される方はお早めにお申し込みくださいね☆詳しくは、【11月の講座案内】をご覧ください(^\_^♪ (↓視察の際の写真です☆)



秋の空気を感じながら、ぜひ一緒に歩きましょう！！☆



先生方に教わる表情は真剣そのもの！！



仕上げの「とじ」作業

黙々と編み進めます…



見事、完成！！

色とりどりの作品に、みんなでウツリ♡あの色もこの色も素敵ね☆と、達成感を分かち合える講座となりました。ぜひ両手に着けた姿で、公民館に遊びに来て下さいね^^☆



### リフレッシュ・ コンディショニング

健康づくり教室

過ごしやすい季節になってきましたが…朝晩の冷えや昼間との寒暖差で、体調を崩しやすい時期でもあります。暑い夏をしっかり乗り越えた身体を整えに来られませんか？^^☆ (※ 次回は11月27日です♪)

### 地域 ニュース

#### ★ 町たんけん ★

10月23日に、上志佐小学校の1・2年生が生活科の学習の一環で公民館を訪れてくれました。どのグループも元気なあいさつから始まり、2年生のリードのもと、自ら学ぼうとする姿勢が大変素晴らしかったです！



インタビュー中  
ちょっぴり緊張…



しっかりメモ( )φ！



正しベターだ！

おわくく！

「どんなお仕事かな？」・「どんな人が来る？」・「何部屋あるのかな？」・「どんなものが置いてある？」といった疑問を、館内を回りながら一緒に解決していきました^^♪発見を喜ぶキラキラした表情が印象的でした。

### 上志佐の人口動向 (柚木川内～池成の8地区)

※令和6年9月末日現在 ( )は前月比

人口：909(-1) / 男：436(±0) / 女：473(-1) / 世帯数：393(-2)

### 移動図書館☆☆きらきら号☆☆

場所：上志佐小学校  
巡回日：11月12日(火)・26日(火)  
時間：12:45～13:20



# 11月の公民館主催講座案内



## ◇クッキング教室

日時：11月15日(金)

10:00~13:00

★申込みが必要になります

テーマ：健康に配慮した食事  
(ながさき・松浦健味んメニュー)

場所：中央公民館 実習室

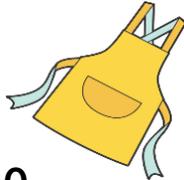
講師：松浦市食生活改善推進員協議会 さま

持参品：エプロン・三角巾・お米1合  
巻きす(お持ちの方)

材料費：200円

メニュー：藤寿司・さばのカレームニエル・  
しめじのいり豆腐・こんにゃくのテンメン  
ジャン炒め・季節の野菜のみそ汁

※申込締め切り 11月8日(金)



## ◇健康づくり教室

### ★中央・御厨・上志佐★ 合同ウォーキング

～コスモス畑へでかけよう～

日時：11月12日(火)



9:00集合~14:00ごろ帰着(予定)

(※雨天により中止となる場合もございます)

★申込みが必要になります

(※公用車利用につき、先着3名まで)

集合場所：上志佐公民館

行程：上志佐公民館~旧田代小学校~  
コスモス畑 ~ 昼休憩 ~ 帰路

◎「田代地区コスモス祭り実行委員会 会長 岩木 保徳 氏による  
田代コスモス畑についてのおはなし」もコスモス畑で聞きます

持参品：お弁当・飲み物・タオル・帽子

★歩きやすい服装・靴でご参加下さい

※申込締め切り：11月8日(金)

## ◇物づくり教室

### 干支のミニフレーム



(※ 2回講座・申込みが必要になります)

日時：1回目→11月18日(月)

2回目→12月2日(月)

13:30~15:30

場所：会議室

講師：松永 恵子 氏

持参品：裁縫道具・厚紙(お菓子の箱のよう  
なものでOK)・はさみ

材料費：500円程度

※申込締め切り 11月8日(金)

☆ 見本は公民館にあります。確認をお願いします。

## リフレッシュ・ コンディショニング

日時：11月27日(水)

13:30~15:00

場所：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・バランスディスク

フェイスタオル・飲み物・顔晴りカード



講座のお申込み・お問い合わせは、  
上志佐公民館(☎ 72-0315)へ♪

※定員が決まっている講座は、定員になり次第締め切ら  
せていただきます。どうぞお早めにお申し込み下さい。



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 令和7年9月14日(土)~11月30日(日)



公式ホームページ