

今年もお世話になりました♪



〒859-4512 松浦市志佐町笛吹免920-1 TEL 72-0315



先月の講座風景

物づくり教室



★ 干支のミニフレーム ★
講師：松永 恵子氏

来年の干支は「巳」！動物と文字を可愛くアレンジして、ミニフレームを作っています☆1回目の講座では、型をとり、印をつけ、背面部に縫い付けて…皆さん慣れた手つきでどんどん進められていました♪ 次回、素敵な作品が出来上がりますように^^☆

健康づくり教室 ウォーキング & レクリエーション



いいお天気に恵まれ、中央公民館・御厨公民館の皆さんと合同で田代のコスモス畑へ(^^♪満開のコスモスに癒され、コスモス畑についてのお話も聞くことができました。田代小でお昼ご飯を食べ、レクリエーションも楽しみましたよ☆帰り道では、「久しぶりにこんなに笑ったわよ^^☆と嬉しいお声も聞かせていただきました。皆さんは、今年のコスモスをご覧になりましたか？♪



脳トレ手作りバスル



いい笑顔♪



盛り上がった風船運び競争

公民館にもしばらくコスモスを飾っていたところ、「あら～☆綺麗ねえ(^▽^)♥」と利用者さんの笑顔も咲いていました♪ 講話いただきました岩木さま、コスモスのお土産までありがとうございました☆

地域ニュース

★ 上志佐小創基 150周年 記念式典 ★

11月9日(土)に、上志佐小学校創基150周年記念式典が執り行われました。約400名が一堂に会し、上志佐小学校の150歳をお祝いしました☆ 太鼓の披露やあゆっ子祭り、民話や民謡のステージで盛り上がり、皆さんそれぞれに上志佐への思いを馳せられた素敵な1日になったのではないのでしょうか^^☆



♡ ありがとう ♡

11月13日(水)
上志佐保育所の子どもたちが、お仕事訪問に来てくれました^^☆



11月23日が勤労感謝の日ということで、可愛い飾り物をいただきました♡

「防火」と背中に大きく書かれた法被姿がとってもかっこよかったです☆戸締り用心・火の用心！公民館も気を付けます(^▽^)/上志佐保育所のみなさん、ありがとう ♪

クッキング教室



～ ながさき・松浦健味んメニュー～
講師：松浦市食生活改善推進協議会 さま

メニューの変更でサプライズメニューとなりましたが、ひと手間加えた2色丼や、おしゃれなムニエルを習い、目にも舌にも嬉しい品々でお腹いっぱいになりました♪ フレイル予防についても学ぶことができました^^☆

- Menu☆
- ・2色丼
- ・ぶりのカレー
- ・ムニエル(トマトソースかけ)
- ・季節の野菜のみそ汁
- ・季節のくだもの



後日、藤寿司にも挑戦しました♪皆さん可愛らしい藤の花が出来上がりました☆

健康づくり教室



リフレッシュ・コンディショニング

あっとい瞬間に寒い冬がやってきました…(；；)

寒くなると、どうしても身体を丸めがちになってしまいます。すきま時間にちょっと伸びるストレッチをしてみましょう(^^♪今回はスクアステップにも取り組みました。身体とともに脳もスッキリ！☆

(※ 次回は12月18日です♪)

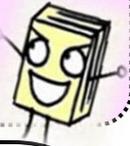
上志佐の人口動向 (柚木川内～池成の8地区)

※令和6年10月末日現在 ()は前月比

人口: 908(-1) / 男: 438(+2) / 女: 470(-3) / 世帯数: 392(-1)

移動図書館☆☆きらきら号☆

場所: 上志佐小学校
巡回日: 12月10日(火)
時間: 12:45～13:20



12月の公民館主催講座案内

◇物づくり教室

干支のミニフレーム



(※ 2回講座のため、
申込みは締め切っております。)

日時: 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
前回配布された布類・フレーム

♪すてきな作品を完成させましょう♪

◇教養講座

お正月のフラワーアレンジメント

日時: 12月26日(木)
14:00～15:30

★申込みが必要になります

場所: 上志佐公民館 会議室
講師: 高橋 千東 氏

持参品: 花ばさみ・タオル(雑巾)・
花器: オアシス【8cm×8cm×11cm】が
入るくらいの大きさ

定員: 8名 材料費: 2,000円

※ 申込締め切り

12月13日(金)



◇健康づくり教室

ニュースポーツ

日時: 12月11日(水)
10:00～11:30

★申込みが必要になります

場所: 集会室
講師: 松浦市スポーツ推進委員 さま
持参品: 飲み物・タオル

※申込締め切り 12月10日(火)



リフレッシュ・ コンディショニング

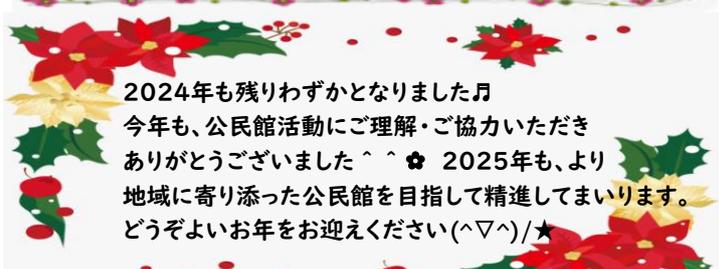
日時: 12月18日(水)
13:30～15:00

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
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り
させていただきます。どうぞお早めにお申し込み下さい。



2024年も残りわずかとなりましたが
今年も、公民館活動にご理解・ご協力いただき
ありがとうございました^^☆ 2025年も、より
地域に寄り添った公民館を目指して精進してまいります。
どうぞよいお年をお迎えください(^^v)/★



文化をみんなに
ながさきピース文化祭2025
第40回県民文化祭 第24回全国読書週間 文化祭 12月7・9月14日(日)→11月30日(日)



公式ホームページ