

2023年

10月

NO. 406

# みくりや

『出会いが広がる公民館』

公民館だより  
松浦市御厨町里免 385  
☎ 75-0033



## 先月の講座風景

### ❀❀高齢者学級❀❀

【大崎長生会 (9/8)】

～遺言について (寸劇と講話)～



「普段、あまり話したり聞いたりすることがないので、今回聞くことが出来てよかった。」と感想を言っていました。

### ❀❀一般教養講座❀❀

【斜めチェックの  
エコクラフトバッグ① (9/20)】



石畳編みが難しく、講座時間延長でみなさん頑張られました(^^)  
宿題までよろしくお願いします🎧



### ❀❀健康教室❀❀

【ウォーキング】

～スクエアステップ (9/11)～



見てると実際にやってみるのでは、全く違う～(笑) えー？あれ？どこやったー？と。みんなで教えあいながら、頭と体をた～くさん使いました!!

### ❀❀楽しく講座❀❀

【和菓子作り (9/26)】

～塩豆大福～



粉・塩・水を頑張って練りました!

完璧な塩豆大福完成♡  
美味しかったです!!

【リフレッシュ・コンディショニング (9/19)】



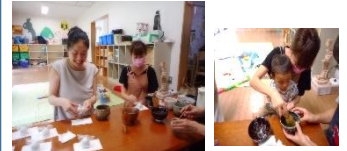
擦るだけでもリンパの流れがよくなり、呼吸が楽になりました。

英語で遊ぼう! (9/7)



国旗の勉強をしました!!

ゆりかごの会 (9/13)



秋の七草、言えますか～?  
お抹茶と美味しい栗大福をいただきました♡

読み聞かせ (9/20)



だいすきって  
いたくて

おつきさまと  
うさぎ

～お礼～

お忙しい中、9月1日の第2回公民館運営協議会に御出席いただき、ありがとうございました。

お知らせ

- ❀1月6日(月)ウォーキング  
【田代地区コスモス畑へ】  
※お弁当を注文しますので、11/1(水)までに必ずお申込みください!
- ❀2月2・3日(土日)公民館まつり【作品展】



# 10月主催講座等のご案内

## 一般教養講座

～斜めチェックのエコクラフトバッグ②③～

日時：10月 6日(金) 20日(金)  
13:30~15:30

場所：講堂

講師：星鹿公民館 坂本理恵館長

※9月からの継続講座の為、申込みは締め切っています。



## 健康教室

～ウォーキング～

日時：10月16日(月)  
10:00~11:30

集合場所：御厨公民館

持参品：タオル・帽子・飲み物

※歩きやすい服装・靴でご参加ください

※雨天の場合は中止します。



～リフレッシュ・コンデイショニング～

日時：10月19日(木)  
13:30~15:00

場所：講堂

講師：今福公民館 國安智子副館長

持参品：ヨガマット又はバスタオル、飲み物  
タオル、バランスディスク

※今月は御厨くんちと重なった為、日にちが変更になっています。ご注意ください。

※「顔晴りカード」を忘れずにご持参ください

## 高齢者学級

【大崎長生会】

～体力測定～

日時：10月10日(火)  
10:00~11:30

場所：西木場公民館

講師：松浦市スポーツ推進委員

持参品：タオル、飲み物

※動きやすい服装でご参加ください。



## 一般教養講座

2回講座

～布で作る干支(辰)～

日時：10月25日(水) 30日(月)  
13:30~15:30

場所：講堂

講師：清水俱子氏

定員：12名

持参品：裁縫道具一式・綿・ボンド・厚紙・のり  
材料費：600円 ※見本は公民館に置いてあります。

※申込み締め切り **10月18日(水)**



## 楽しく講座

～薬膳料理～

薬膳カレー・小松菜黒豆ケーキ・薬草茶

日時：10月23日(月)  
10:00~13:00

場所：生活実習室

講師：柴山節子氏

定員：12名

持参品：エプロン・頭巾・マスク・米1合

材料費：800円

※申込み締め切り **10月16日(月)**



### ～御厨ゆりかごの会～

日時 10月11日(水) 10:30~12:00  
場所 御厨こどものいえ  
内容 手遊び・読み聞かせ・ニューススポーツ体験

### ～子ども教室 英語で遊ぼう!～

日時 10月5日(木) 15:00~16:00  
場所 御厨小学校 音楽室  
講師 国際教育・活動支援員 角田 知子

### ～読み聞かせ～

日時 10月18日(水) 13:30~14:00  
場所 御厨小学校 音楽室

## 10月の移動図書館車

「きらきら号」来館日

日時 13日(金)・27日(金)  
13:45~14:15

場所 御厨公民館 駐車場

## 御厨町人口動向

人口 3,789 (+2) 世帯数 1,773 (-2)

男性 1,819 (+2) 女性 1,970 (±0)

※令和5年8月末日現在( )は前月との比較