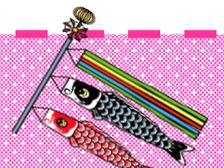


2024年  
5月  
NO. 413

# 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

### ※健康教室※



【ウォーキング (4/15)】

カラフルファーム様、お世話になりました



雨風の中、快く案内してくださりありがとうございました。お天気の際には是非ともまたお願いします♡



さつま芋のアイスに三種類のお花のソルトをかけていただきました。最高に美味しかったです！



【リフレッシュ  
コンディショニング (4/16)】



6年度初回！

今回より最初と最後に熱を計るようになりました！  
どう変化しますかね～？

### 6月のお知らせ

#### 健康教室 ランチウォーキング

日 時：6月7日(金) 10:00～13:30

行 先：大崎・ぎぶり (雨天決行)

集合場所：御厨公民館

集合時間：9:50 (雨天時は11時)

持 参 品：タオル・帽子・飲み物・ランチ代

※事前にメニューを決めていただきますので公民館にお越しください

申込み締め切り 6月5日(水)

#### 楽しく講座 健康おやつ

日 時：6月10日(月) 13:30～15:30

場 所：生活実習室

講 師：今福公民館 國安智子副館長

持参品：エプロン・頭巾

材料費：800円程度

#### メニュー

- きな粉クッキー
- 甘酒のスムージー
- やわらか団子のフルーツポンチ

定員：12名

申込み締め切り 6月6日(木)

今月より参加  
申し込み可能  
です



# 5月主催講座等のご案内

## 健康教室

### ～ウォーキング～

日 時：5月13日(月)  
10:00～11:30

行き先：御厨町内  
集合場所：御厨公民館  
集合時間：9:50

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・コンディショニング～

日 時：5月21日(火)  
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  
フェイスタオル、飲み物  
バランスディスク、顔張りカード

## 楽しく講座

### ～よもぎ団子作り～

日 時：5月15日(水)  
13:30～15:30

場 所：生活実習室  
講 師：前田キクエ氏  
定 員：12名

材料費：エプロン・頭巾・お持ち帰り容器  
材料費：400円程度

※申込み締め切り **5月13日(月)**



## 一般教養講座

### ～キーケース作り①②～

日 時：5月17日(金) 22日(水)  
13:30～15:30

場 所：講 堂  
講 師：公民館職員  
定 員：12名

持参品：裁縫道具一式・10cm ファスナー  
布数種類・両面接着キルト芯

材料費：110円(金具代)

※材料等の説明書をお渡ししますので、  
公民館にお越しください

見本は公民館に置いてあります

※申込み締め切り **5月13日(月)**



かわいいですよー

## 高齢者学級

### 【大崎長生会】

### ～物忘れとは？～

脳のしくみを知りフレイル予防

日 時：5月10日(金)  
10:00～11:30

場 所：西木場公民館  
講 師：健康ほけん課 職員



### ～御厨ゆりかごの会～

日時：5月8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・手形足形アート

### ～子ども教室 英語で遊ぼう！～

日時：5月16日(木) 15:00～16:00

場所：御厨小学校 音楽室

内容：国際教育・活動支援員 角田知子

## 5月の移動図書館車 「きらきら号」来館日

日 時 10日(金)・24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 3,742 (-21) 世帯数 1,751 (-13)

男 性 1,799 (-8) 女 性 1,943 (-13)

※令和6年3月末日現在( )は前月との比較