

令和 5年
10 月 号
第207号

たかしま



松浦市鷹島町神崎免146番地

TEL 0955-48-2049

公民館だより



6日・20日(水) 手づくり教室(パッチワークバック)

4日・11日(月) さわやかウォーキング

鷹島ダム(4日)、里方面へ(11日)まだまだ…汗をかきながら歩きました。



参加者の皆さんからは「足がつかなくなった」、「正座が少し楽になった」など嬉しい効果の声が聞こえてきました。

21日(木) リフレッシュ・コンテシヨニング



今月は、今福公民館の國安副館長から、直接ご指導いただきました。

9月講座の様子



21日(木) のびのび子ども教室



3回講座でマチ付きの小さめのパッチワークバックを作っています。ちょっとそこまで…に使えそうなかわいい手提げバックで完成が楽しみです。



ミニ卓球やディスケット、ナインなどで、思いきり体を動かして遊びました。

令和5年度『鷹島公民館作品展示』ご案内

公民館利用団体の皆様の活動成果の展示・発表の場です。また“文化活動の輪を広げよう”という思いで開催いたします。地域の皆様や、公民館主催講座受講者の皆さんが、一つ一つ手作りで作られた数々の作品を展示いたしますので、作品鑑賞とともに、今後何か始めたい、趣味を持ちたいという方など、是非お越しください。

今年度の作品展示は2日間開催いたしますので、より多くの方々のご観覧を心よりお待ちしております。

※公民館主催講座に参加された皆様の作品出品のご協力をお願いいたします。(搬入期限は11月9日(木)です。)

【日時】11月12日(日)・13日(月) 午前9時～午後5時

【会場】鷹島公民館(大集会室)

【内容】詳細は、来月の公民館だよりでお知らせいたします。

＜お問い合わせ 鷹島公民館 ☎0955-48-2049＞



鷹島俳句会

九月例会投句



さよみ

孫よりのケーキ敬老日の三時

夏風邪のこじれこじれて白露かな

白露二十四季氣の一つ、秋分の日の前の十五日間だいたい九月七日頃にあたる。

とみえ

新米や仏前の飯高く盛り
子や孫の分も線香秋彼岸

ひろこ

(岸川)

まんじゅしゃげ
曼殊沙華棚田に添ひて燃えあがる
やまよそ
山粧ふ戦前戦後生きて来し

はるみ

(田中)

別の名を天上の花曼殊沙華
秋風や無言の朝食慣れつ子に

10月の主催講座のご案内



健康づくり教室



手づくり教室



☆さわやかウォーキング☆

日時：10月2日・16日(月)
10:00~12:00

場所：鷹島公民館(集合)
内容：公民館周辺を歩いてみよう!
持参品：タオル・水筒・帽子
担当：公民館職員



※事前申し込みは不要です。いつでもお気軽にお越しください。

☆パッチワークのバックづくり☆

日時：10月6日(金)
※9:30~11:30

場所：鷹島公民館 会議室
内容：パッチワークのバック仕上げ
持参品：裁縫道具・布など
講師：山縣文子氏(福島町)



☆PPバンドでかごバックづくり☆

日時：10月11日・25日(水)
13:30~15:30

場所：鷹島公民館 大集会室
内容：PPバンドでバック作り
持参品：メジャー・よく切れるハサミ・
目打ち又はマイナスドライバー

材料費：1,200円程度
講師：福島公民館 濱本副館長
※材料費は最後に徴収いたします。



☆バウンドテニス☆

日時：10月10日・24日(火)
14:00~15:30

場所：鷹島公民館 大集会室
内容：バウンドテニス
持参品：室内シューズ・タオル・水筒
担当：生涯学習課職員・公民館職員



※事前申し込みは不要です。いつでもお気軽にお越しください。

☆リフレッシュ・コンディショニング☆

「リフレッシュ・コンディショニング」は、
一生自分で歩ける体をめざしています。

日時：10月20日(金) ※今月は自主レッスンです。
10:00~11:30

場所：鷹島公民館 大集会室
内容：リンパの流れと筋肉のはたらきを回復させる。
持参品：ヨガマット(バスタオルでも可)・水筒・タオル
顔晴りカード



※事前申し込みは不要です。
いつでもお気軽にお越しください。

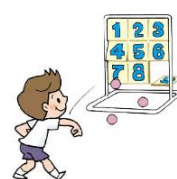


地域子ども教室

☆子どもニュースポーツ教室☆

日時：10月12日(木)
15:20~16:30

場所：鷹島公民館 大集会室
内容：ニュースポーツを楽しむ
持参品：筆記用具・タオル・水筒
講師：生涯学習課職員



☆のびのび子ども教室☆

日時：10月19日(木)
15:30~16:30

場所：鷹島公民館 大集会室
対象：小学生全学年
担当：公民館職員



☆たかしまっ子水中考古学教室☆

日時：10月26日(木)
15:20~16:30

場所：鷹島公民館(集合・解散)
内容：鷹島の文化財めぐり(神崎港)
持参品：筆記用具・タオル・水筒
講師：水中考古学研究センター職員



各講座の申込み・お問合せは、鷹島公民館窓口までお願いします。
また、状況により主催講座や公民館のご利用を変更・中止する
場合がありますのでご了承ください。

各市立公民館主催講座は「市報まつら」に掲載しています
月曜~金曜 8:30~17:15
(土・日・祝は除く)
TEL 0955-48-2049



☆公民館をご利用の際は、検温・手指消毒をお願いします。
また、状況により主催講座や公民館のご利用を変更・中止する
場合がありますのでご了承ください。

今月のきらきら号は、11月2日(木)に巡回します。

図書返却をお忘れなく! ※返却が間に合わない場合は、
鷹島公民館にてお預かりします。お気軽にお立ち寄り下さい。

<編集後記> 暑い暑いと言っているうちに、あっという間に10月になりました。朝晩がめっきり涼しく感じます。気候の変わり目の時期ですので、夏の疲れが残っていると、秋バテの症状が出てきます。季節の野菜や果物を積極的に取り、体をいたわりましょう。(さ)

お知らせ

日時：11月21日(火) 10:00~12:00

場所：鷹島公民館(調理室)
内容：免疫カアップ料理
持参品：エプロン・三角巾・マスク
講師：健康ほけん課職員



材料費：500円程度
定員：10名程度 ※申込み期限 11月14日(火)
※健康ほけん課職員による野菜摂取のお話もあります。どなたでも参加可能ですので、興味のある方はお気軽にお越しください。