

令和 5年
11月号
第208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



皆さんそれぞれ持ち手の色を変えたり、色とりどりの個性あふれる素敵なかごバッグが完成しました。公民館作品展で展示します。お楽しみに！

2日・16日(月) さわやかウォーキング

お天気に恵まれ、さわやかな秋風を感じながらのんびりとウォーキングを楽しみました。

11日・25日(水) PPバンドバックづくり

10月講座の様子



12日(木) 子どもニューススポーツ教室



12日(木) 手づくり教室(パッチワークバッグ)

3回講座でかわいらしいパッチワークのミニバッグが完成しました。今月開催する公民館作品展で、皆さんの完成品を展示しますのでぜひご覧ください。

今月のニューススポーツは「ラダーゲッター」にチャレンジ！
ラダーゲッターとは、ボールを下から投げて、はしごのような棒にどれだけかけられるかを競うゲームです。3つのはしごがあり、一番上のはしごにかかると3点、真ん中にかかると2点、一番下にかかると1点です。それぞれのはしごにボールが引っかかった時も盛り上がりましたが、地面にバウンドしてはしごに引っかかったら一挙5得点なので、その時はかなり盛り上がり、子供たちは夢中になって楽しんでいました。



20日(金) リフレッシュ・コンディショニング

今月はビデオでのコンディショニングでしたが、しっかり全身のリンパを流し体が軽くなりました。



19日(木) のびのび子ども教室



10日・24日(火) 健康づくり教室(バウンドテニス)

毎月第2・4火曜日に開催しています。興味がある方は、どなたでも参加可能ですのでお気軽にお越しください。

26日(木) たかしま子水中考古学教室



鷹島の文化財めぐり(南部方面)へ行きました。地域にある史跡を見学し、元寇との関わりを詳しく教えていただきました。

旧姓に吾を呼ぶ友や秋彼岸
芋掘りの畑を伺ふカラスかな

さよみ

秋しの稲かりのこと

秋立つや出張の孫大人びて
秋しのの済みて安堵の仕舞風呂

(田中)

セーター編む祖母の指先なつかしき
冬うらら夕映え包む玄界灘

はるみ

鷹島俳句会
十月例会投句

とみえ

晩秋の島に集ひて同年会
思ひ出は尽きず更けゆく秋の夜半

ひろこ
(岸川)



11月の主催講座のご案内

【健康づくり教室】 ☆さわやかウォーキング☆

日時：11月6日・20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。

☆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：11月17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。

☆いきいき松浦健康づくり講座☆

「栄養・食生活編」

日時：11月21日(火) 10:00~13:00

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。

☆バウンドテニス☆

日時：11月28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。

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。他の松浦市立公民館でも講座を受講することができます。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。

【地域子ども教室】 ☆たかしまっ子水中考古学教室☆

日時：11月16日(木)
15:20~16:30

場所：鷹島公民館(集合・解散)
内容：AR・VR体験
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



令和5年度 『鷹島公民館作品展』ご案内

今年度も“文化活動の輪を広げよう”という思いで作品展示を開催いたします。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、作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・ロビー

【内容】風景スケッチ・絵てがみ・フラワーアレンジメント・俳句・書道・一般作品・お花紙の貼り絵・保育園児作品・小学生作品
中学生作品・明るい選挙啓発ポスター
主催講座作品など

【お問い合わせ】

鷹島公民館 ☎0955-48-2049

きらきら号巡回
◎11月2日(木)
◎12月7日(木)



図書の本返却をお忘れなく！※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>

11月は、特に朝晩の冷え込みが厳しくなる時期です。今年の冬は、コロナに加えて、インフルエンザの流行が懸念されています。本格的な寒さはまだ先かもしれませんが、油断せず、あたたかくしてお過ごしください。(さ)