

令和 6年

2 月 号

第2 1 1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

### 1月講座の様子



12月13日・20日・1月10日(水) 手づくり教室 (編み物)

福島公民館 濱本副館長指導のもと、「かぎ針で編むスマホショルダー」を教えていただきました。超初心者～ベテランの方まで…幅広い受講者の皆さんでしたが、それぞれ真剣に取り組まれていました。もう少しで完成間近のかたへ…今月あと1回教室を開催いたしますので皆さん頑張って完成させましょう♪(笑)



1月11日(木) 子どもニュースポーツ教室



1月18日(木) のびのび子ども教室



1月19日(金) リフレッシュ・コンディショニング



1月25日(木) たかしまっ子水中考古学教室



1月30日(火) たのしい料理教室 バラの花(のり巻き)



福島町の田中博子氏を講師に迎え、バラの巻き寿司を教えていただきました。巻きすを使うのは初めて！と言われる方もいらっしゃいましたが、皆さん手際よく、食材を一つ一つ丁寧に順序よく並べ、薄焼き卵や海苔を巻き上げて、食べるのがもったいないくらいとても綺麗でかわいらしいバラの花(のり巻き)が完成しました♪

### 鷹島俳句会

#### 一月例会投句



伸のび代しろの多しょうき小吉初御籤

さよみ

地震ないの地に思なひ寄せつつくわ 鉄初め

伸のび代しろ|| 今後発展、成長してゆく  
可能性じや見しん込みのこと

地 震 || 地震じしんの別べつの言ことい方

とみえ

初春はつの島しまの慣ならわしお札打ふだうち

神佛かみぶつに七草しちそう上あげて札打ふだうちへ

ひろこ

(岸川)

新年しんねんは波なみ乱みだづくめめの幕開まくあけに  
初春はつや米寿こめとせの友ともの恵え比ひ寿す顔かほ

はるみ

(田中)

初詣はつみちで孫まごに引ひかれる歳としとなり  
念願ねんがんの一族いそ揃そろひて屠蘇とそを受うく

# 2月の主催講座のご案内

## ☆さわやかウォーキング☆

日 時：2月5日・19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。



## ☆子どもニュースポーツ教室☆

日 時：2月8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：タオル・水筒  
 講 師：生涯学習課職員



## ☆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：2月16日(金) 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・顔拭きカード  
 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。

## ☆バウンドテニス☆

日 時：2月27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：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。



## ☆のびのび子ども教室☆

日 時：2月15日(木) 15:20~16:30  
 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

## 【参加者募集♪】

## ☆たのしい料理教室☆

日 時：3月1日(金) 10:30~12:00  
 場 所：鷹島公民館 調理室  
 内 容：かんたん♪ケーキづくり  
 持参品：エプロン・三角巾・マスク・  
 持ち帰り容器(箱など)  
 講 師：御厨公民館 辻 由美 副館長  
 材料費：800円程度  
 定 員：10名程度  
 ※試食はせず各自持ち帰っていただきます。  
 ※申し込み期限2月16日(金)



## ☆いきいき松浦健康づくり講座☆

### 「栄養・食生活編」

日 時：3月6日(水) 10:00~13:00  
 場 所：鷹島公民館 調理室  
 内 容：心身あたたまる料理  
 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  
 ※申し込み期限2月22日(木)  
 ※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。



## 【編集後記】

この時期はできるだけ温かいものを食べるようにして  
 体を温め、しっかり休息をしておきましょう。冬は腎(  
 成長、発育、老化)をいためやすい季節といわれています。  
 春になって草木も芽吹き、空に向かって成長して行く  
 様に、この時期しっかりエネルギーを蓄える事で、春  
 に活動する準備をしたいと思えます♪ (さ)

各講座の申し込み・お問  
 い合わせは、鷹島公民館窓  
 口までお願いします。  
 松浦市内の市立公民館で  
 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「市報まつうら」に掲  
 載しています。

◎月曜日～金曜日  
 八時三十分～十七時十五分  
 (土・日・祝は除く)  
 ☎0955-48-2049

今月のきらきら号は、  
2月1日(木)に巡回  
します。



図書のお返しをお忘  
れなく! ※返却が問  
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。