

調川 公民館だより

2026年
3月号
No. 485

〒859-4536 松浦市調川町下免592-7 ☎72-3062

趣味の講座

1月から3回講座で行いました「縦長バック」作りです。ピースが小さく、ずれたり縮んだりと難易度が高かったですが、皆さん素敵に仕上がっていました♡



講師：福島公民館 濱本副館長

リフレッシュ・コンディショニング

2月のコンディショニングは椅子を使って行いました。



脳トレ

折り紙なども取り入れて、2月も笑ったり、考えたり、体を動かしたり、楽しく脳トレできました★



楽しいクッキング

健康ほけん課の塚本栄養士にご指導いただき4品の料理を作りました。免疫力を高める食生活のお話もしていただきました。



スマイルクラブ😊

2月はバレンタイン♡ということで、チョコのロールケーキを作りました。



移動図書館車 きらきら号

★★★来館日★★★

- 3月 4日 (水) 15:00~15:15
- 3月 19日 (木) 16:00~16:15

《調川の人口動態》

- 男性: 940(-4) ■ 人口: 1,920(-6)
 - 女性: 980(-2) ■ 世帯数: 1,050(-2)
- ()は前月比 令和8年1月末日現在

これからの主催講座ご案内

【健康教室】

リフレッシュ・コンディショニング

日 時：**3月 5日**（木曜日）

10:00～11:30

場 所：調川公民館 講堂1・2・3

講 師：今福公民館 國安 智子副館長

持参品：水筒・タオル・ヨガマット・ディスク

【楽しいクッキング】

腸活レシピ

日 時：**3月 6日**（金曜日）

10:00～13:00

場 所：調川公民館 調理室

講 師：今福公民館 國安 智子副館長

持参品：エプロン・マスク・頭巾・米0.5合

持ち帰り容器

材料費：800円程度

定 員：12名

申込締切：2月27日（金）

*材料購入後のキャンセルは

材料費をいただきますので、ご了承ください。

【成人講座】

脳トレ

日 時：**3月10日**（火曜日）

13:30～14:30

場 所：調川公民館 講座室

講 師：公民館職員

持参品：筆記用具・色鉛筆

【健康教室】

ウォーキング

日 時：**3月12日**（木曜日）

9:30～10:30

場 所：調川公民館 ロビー集合

持参品：水筒・タオル・帽子

*年度最後のウォーキングです。ランチミーティングを行いますので、ランチ代を持って来て下さい！

【スマイルクラブ😊】

お菓子作り&閉講式

日 時：**3月19日**（金曜日）

13:30～15:30

場 所：調川公民館 調理室

講 師：公民館職員

持参品：マスク・頭巾・エプロン

材料費：無料

申込締切：3月13日（金）

*今年度最後の活動です！可能な限りご参加いただくと幸いです☆



2月号の公民館だよりでお知らせしていましたが、「第2回 調川町民歌祭り」ですが、下記の通り変更となりました。
お間違えのないようお願い致します。

調創会主催 第2回

つきのかわふれあい歌まつり

開催日時：**令和8年3月21日(土)**

開場：**9:00** 開演：**10:00**

場所：**調川公民館 講堂**

★出演を希望される方は、3月の市報で配布される申込用紙にご記入の上、調川公民館へ提出をお願いいたします。

申込締切：**3月13日(金)**

調創会行事予定

□しょうもない話をする会

3月8日(日) 13:00～15:00 (調川公民館)