

調川 公民館だより

〒859-4536

松浦市調川町下免592-7 ☎72-3062

2026年

7月号

No. 489



25日 楽しいクッキング 米粉のお菓子

米粉を用いて、オートミールクッキー、黒糖バナナ蒸しパン、シンプル蒸しパンの三種を作りました。米粉の風味が癖になる美味しさです！



16日 暮らしに役立つ便利講座

1回目「契約ってなに？」

トラブルを避けるために、「はっきり断る！すぐに決めない！相談する！」覚えておきましょう(´▽`)

館長の初講座！

4日

リフレッシュ・コンディショニング

雨の季節ですが、お家の中でできるコンディショニングで体感を鍛えましょう～♪♪



8日・19日 趣味の講座

ひょうたんの置物と壁掛け

どの組み合わせが良いか、みなさん布選びをとっても悩まれていました。工夫を凝らした、色とりどりのひょうたんがもうすぐ完成します！



18日 スマイルクラブ ☺ おやつ作り

ぐるぐるあんこパイ、チョコバナナパイ、桃のカスタードパイを作りました。美味しいカスタードも、なんとカスタードプリンを材料にして、簡単に作れちゃいました。おやつでお腹一杯になりました！(´▽`)



11日 ウォーキング

梅雨の晴れ間、地域おこし協力隊の石山さんと山田さんも参加されて、ワイワイと歩きました。八野尾神社さんの境内を「失礼しま～す」と通らせてもらいました。



9日 脳トレ

長寿介護課の大浦保健師による、認知症予防の講話とゲームなどを行いました。笑うと血流がよくなって、認知症予防につながるとお話をありました。みなさん、どんどん公民館講座に参加して一緒に笑いましょう！(´▽`)

26日 セタ交流会

調川小学校で開催された、セタ交流会に参加しました。1・2年生とつきっこ保育園の年長さんに、紙芝居「たなばたものがたり」の読み聞かせを行いました。セタ飾りの製作では、みなさん願いが天の神様に届くように短冊に心を込めて願い事を書いていました。みんなの願いが叶いますように(´▽`)



調川公民館主催【趣味の講座】へ参加された皆様へ

市民文化祭【作品展示】へのご協力をお願いします

9月12日(土)～13日(日)に開催される松浦市民文化祭に調川公民館として、

今年も出展します。下記の講座に参加された方はご協力をお願いいたします。

- ☐ 持ち手付ポーチ ☐ 干支の置物 ☐ オープン粘土の鯉のぼり
- ☐ 縦長バッグ ☐ ひょうたんの置物と壁掛け

*上記5講座の作品のうち、ご自分で3作品を選んで公民館にお持ちください。

*作品・袋には必ず名前を記入して下さい。

移動図書館車

きらきら号

★★★来館日★★★

☐ 7月 1日 (水) 15:00～15:15

☐ 7月16日 (木) 16:00～16:15

☐ 7月29日 (水) 14:30～14:45

《調川の人口動態》

■男性: 927(-10) ■人口: 1,903(-4)

■女性: 976(+6) ■世帯数: 1,059(-2)

()は前月比

令和8年5月末日現在

7月の主催講座ご案内

【健康教室】

リフレッシュ・コンディショニング

日 時：**7月 2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

【スマイルクラブ😊】

スクエアステップ

日 時：**7月16日**（木曜日）13:30～15:30
場 所：調川公民館 講堂1・2・3
講 師：御厨公民館 立石浩美 指導員
持参品：水筒・タオル

【成人講座】

脳トレ

日 時：**7月14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



【暮らしに役立つ便利講座】

2回目 「消費生活トラブルの対処法」

日 時：**7月21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

★身近に潜む消費生活トラブルの対処方法をお伝えします！5回開催予定ですが、1回だけの参加も大丈夫です。お気軽にご参加下さい♪



【趣味の講座】

ひょうたんの置物と壁掛け③

日 時：**7月 3日**（金曜日）13:30～15:30
場 所：調川公民館 講座室
講 師：公民館職員
持参品：お持ちの布（数種類）、キルト綿、飾り用ひも、ビーズ（あれば）、裁縫道具一式
*申込みは締め切っています。



【楽しいクッキング】

わくわく♪韓国クッキング

日 時：**7月9日**（木曜日）10:00～13:00
場 所：調川公民館 講座室
講 師：公民館職員
持参品：エプロン・頭巾・米0.5合
参加費：800円程度
メニュー：キンパ・チャプチェ・韓国風サラダ
スープ・くるみ饅頭
定 員：12名
申込締切：7月7日（火曜日）



7月・8月・9月のウォーキングは

熱中症予防のため中止します。

暑い季節は、エアコンがきいた室内で、足を上げ下げする「足ふみウォーキング」がおすすめです。

松浦市民文化祭【作品展示】の出展者を募集します

【開催日】令和8年9月12日（土）～13日（日）

【場 所】松浦市文化会館

【出展資格】原則として、15歳以上で市内に在住または在学・通勤していること。

【出展内容】書、絵画、写真、俳句、短歌、手芸、工芸、生花など1人2点以内とし、自作のものに限る。

【申込期限】令和8年8月17日（月）

【申込方法】申込書に必要事項を記入の上、教育委員会生涯学習課及び福島・鷹島分室、各市立公民館に提出してください。（閉庁日を除く）

※申込書および開催要項は提出先に設置しています。

問合せ先 生涯学習課社会教育係（内線 340）

生涯学習センター（きらきら21）におけるごみの放置について

昨年6月頃から、施設内で家庭ごみの放置が頻繁に行われています。施設内の定期的な見回り、注意喚起の掲出、積極的な挨拶（声かけ）など対応をとっておりますが、ごみの放置はさらにひどくなる状況です。

生涯学習の拠点となる施設を安心安全に利用していただくために、住民の皆さまも一体となって、環境づくりにご協力いただきますようお願い申し上げます。

生涯学習センター長

調創会 行事予定

7月12日（日）13:00～15:00 しょうもない話をする会

