中央公民館だより きらきら21 2026 10月号

発見・いきがい創造を応援します

松浦市志佐町浦免1483-1 ☎73-0711

志佐地区の人口推移
令和8年8月末日現在、
( )は前月比
◆人口:6,212(－9)
◆男性:3,003(＋3)
◆女性:3,209(－12)
◆世帯:3,030(－4)

★先月の講座風景★

健康づくり教室

【スクエアステップ 9/4(金)】

講師:御厨公民館 立石浩美指導員





次はここよ～

【リフレッシュ・コンディショニング 9/9 (水)】

講師:今福公民館 國安智子副館長





私達、「身体を整える運動」をしています！

一般講座

【和菓子作り～ねりきり・きんつば～ 9/15 (火)】

講師:田中 博子氏







こうやって・・形を整えます



和菓子って、奥が深い・・と感じた講座でした。難しかったですね。

いきいき学級

【人生会議をしてみませんか？ 9/17(木)】

講師:長寿介護課









元気な時に「今後の自分の思いを伝える」ことの大切さ・・を学びました。講話の後、「もしバナ」ゲーム(自分にとって何が大切か？が見えてくるゲーム)をして楽しみました。

きらきら講座

【タペストリー② 9/8(火)】

講師:松永惠子氏







タペストリーの題名「お百姓さんの帰り道」

個性豊かな作品が出来上がりました。
作品展で披露します！

中央公民館まつり 作品展示の部

10/3(土)10:00～16:00
10/4(日)10:00～15:00

会場:きらきら21 2階(ホール・ギャラリー)

出展団体:松浦短歌会・松浦アートクラブ
布和布和・中央公民館

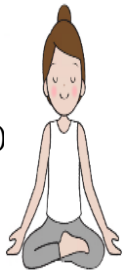
10月 中央公民館主催講座課カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3 中央公民館まつり作品展示の部	4 中央公民館まつり作品展示の部
5	6	7	8 ウォーキング	9 スクエアステップ	10	11
12 スポーツの日	13	14 リフレッシュコンディショニング	15 いきいき学級(高齢者世帯と火災防止)	16 きらきら講座①(干支作り)	17	18
19 一般講座(押し寿司)	20	21	22	23	24	25
26	27 きらきら講座②(干支作り)	28	29	30	31	3日・4日 作品展開催！

１０月の主催講座案

健康づくり教室

（申込みは不要です。）



【スクエアステップ】

日　時:10 月 9 日(金)9:30～11:30
場　所:きらきら 21　研修室1･2
講　師:公民館職員
持参品:タオル、水筒

★次回→11 月 6 日(金)

【リフレッシュ・コンディショニング】

日　時:10 月 14 日(水)13:30～15:00
場　所:きらきら 21　ホール1･2
講　師:今福公民館　國安智子副館長
持参品:タオル、水筒、バランスディスク

★次回→11 月 11 日(水)

【ウォーキング】

日　時:10 月 8 日(木)10:00～11:30
集合場所:きらきら 21　エントランス
コース:志佐町内
持参品:タオル･水筒
※雨天の場合は中止となります。



★来月は芋ほりウォーキングを予定しています。詳しい日程は、11 月号をご覧ください。

きらきら講座

【干支作り（羊）】

日　時:①10 月 16 日(金)13:30～15:30
　　②10 月 27 日(火)13:30～15:30
場　所:きらきら21　研修室 1･2
講　師:清水　倶子氏
持参品:裁縫道具一式、綿
参加費:600 円
定　員:12人
締め切り:10 月 13 日(火)



見本は公民館にあります

★講座の申込みは、土日祝日を除く 8:30～17:15 までに中央公民館へお願いします。

いきいき学級

【高齢者世帯と火災防止】

日　時:10 月15 日(木)10:00～12:00
場　所:すこやか青プラザ4階
講　師:消防本部予防課

一般講座



おくんちの月なので･･･
【押し寿司】を作りましょう！

日　時:10 月 19 日(月)9:30～13:30
★下準備のお手伝いができる方は 9:00 にお願いします。
場　所:きらきら21　実習室
講　師:池田　ひろみ氏
持参品:エプロン、三角巾、米 2 合、持ち帰り容器
※押し寿司の型をお持ちの方は持って来てください。
※お米を前日までに持って来てください。
参加費:1,000 円程度
メニュー:押し寿司･豆腐入り茶わん蒸し
　　高野豆腐玉子とじ･水ようかん
定　員:12 名　　締め切り:10 月 15 日(木)

公民館まつり「作品展示の部」 体験コーナー

【手芸：柿と葉っぱのお皿作り】



日　時:10 月 3 日(土)13:30～15:30
場　所:きらきら 21　ホール
講　師:中央公民館利用者団体 「布和布和」会員
材料費:500 円　　持参品:裁縫道具
※定員に達したため締め切りました。

【ボードゲーム体験】



日　時:10 月 4 日(日)13:00～15:00
場　所:研修室 3
講　師:中央公民館利用者団体
　　「松浦ボードゲーム倶楽部」会員
参加費:無料　　※申込みは不要です！
★お子様からおじいちゃん、おばあちゃんまで気軽に楽しめます！一緒にゲームしませんか？