

2024
(令和6年度)

こながい 公民館だより 12月号

フライパンでパンづくり

「え、オーブンがなくてもフライパンでパンが作れる!?」そんな面白い調理講座が10月23日(水)文化ホールの調理実習室で行われました。

パン生地作り方、発酵、成形、焼成の手順の丁寧な指導がなされたあと、材料の計量から始まり、生地のおね方、発酵の重要性、具材の入れ方、フライパンでの焼き方まで、各工程を詳しく解説されました。



講師からアドバイスを受けた質問をしたりしながら、パンの完成に至り、温度管理の重要性や、生地の状態の見極め方などの専門的なコツも伝授されました。最後に、ふっくら焼きあがった自分で作ったパンを試食。全体を通して、家庭でも簡単に美味しいパンが作れるということが習得できました。



シルバー大学 「お口から健康づくり」

10月8日(火)、長崎県歯科衛生士会の佐藤慶美さんを講師に招き「お口から健康作り」についての講演をいただきました。

講演の中で、口腔ケアの重要性と口腔機能の低下が全身の健康に与える影響について詳しく説明がなされました。また、口腔内の汚れや機能低下が引き起こす病気のリスク、適切な歯磨き方法、入れ歯の手入れ方法などについても具体的なアドバイスと指導が行われました。さらに、唾液腺マッサージなどの口腔体操の実践方法も紹介していただきました。

講演を通して、日常生活における口腔ケアの重要性と、それが全身の健康維持に果たす役割を強くご説明いただきました。



公民館講座の お知らせ

シルバー大学



日時：12月10日(火)
10時～11時30分
場所：小長井文化ホール
内容：閉講式と津軽三味線演奏
対象：65歳以上の方
申込等：当日参加可

千支の正月飾り作り

日時：12月17日(火)
9時30分～11時30分
場所：小長井文化ホール
内容：ちりめん生地とつまみ細工の正月飾り作り。
対象：成人10名
申込等：12月9日までに電話(34-2200)にて
その他：材料代として千二百円

三門松づくり

日時：12月25日(水)
9時～12時
場所：小長井文化ホール
内容：孟宗竹を使って一対の門松を作ります。
対象：小・中・高校生とその保護者(5組)
申込等：12月11日までに電話(34-2200)にて
その他：材料代として千円



新刊情報

一般書

『架空犯』

東野圭吾／著

『日比野豆腐店』

小野寺史宜／著

『マイナーノートで』

上野千鶴子／著

『大谷翔平「蒼の時代」打の頂点へ』

BEST SHOT 2024 !!

講談社



児童書

『ぞうくんのおおゆきさんぽ』

なかのひろたか／作・絵

『たれてる』

鈴木のりたけ／作

『ねぞうプロレス』

ひらぎみつえ／作・絵

『そしてパンプキンマンがあらわれた』

ユソジュン／著

『おぼけのアッチくるくるピザコンクール』

角野栄子／作

冬の拡大おはなし会

日時…12月14日(土)

場所…文化ホール図書室

内容…絵本の読み聞かせ・工作

対象…幼児・小学生

申込等…12月7日までに要予約

図書室カウンターまたは

電話(34-2972)



絵本の読み聞かせのあと、かわいいクリスマスカードづくりがあります。

令和6年12月 小長井地域スケジュール

日	曜	内容	備考	日	曜	内容	備考
1	日	13:00ジャズライブショー (小長井芸術文化鑑賞事業)	文化ホール	16	月	図書室休館日	燃やすごみA地区
2	月	図書室休館日	燃やすごみA地区	17	火	9:30千支の正月飾り作り講座	燃やすごみB地区
3	火		燃やすごみB地区	18	水		燃えないゴミ①
4	水		燃えないゴミ①	19	木	図書室休館日	燃やすごみA地区
5	木	10:00特設人権相談	文化ホール 燃やすごみA地区	20	金		燃やすごみB地区
6	金		燃やすごみB地区	21	土		
7	土			22	日		
8	日	13:20女・男フォーラムinこながい	文化ホール	23	月	図書室休館日	燃やすごみA地区
9	月	図書室休館日	燃やすごみA地区	24	火		燃やすごみB地区
10	火	10:00高齢者講座「シルバー大学」	文化ホール 燃やすごみB地区	25	水	9:00「ミニ門松づくり」	文化ホール 燃えないゴミ②
11	水		燃えないゴミ③	26	木		燃やすごみA地区
12	木		燃やすごみA地区	27	金		燃やすごみB地区
13	金	9:00行政相談	小長井支所相談室 燃やすごみB地区	28	土	図書室休館日	
14	土	14:00おはなし会	小長井図書館	29	日	文化ホール休館日 図書室休館日	
15	日	小長井さざんか駅伝大会	山茶花高原	30	月	文化ホール休館日 図書室休館日	燃やすごみA地区
				31	火	文化ホール休館日 図書室休館日	燃やすごみB地区

年末年始休館のお知らせ

○小長井文化ホール 12月29日(日)～1月3日(金) ○小長井図書館 12月28日(土)～1月4日(土)

文化ホール空調工事のお知らせ

小長井文化ホールの空調機改修工事を12月2日から2月28日まで随時行います。工事期間中は一部を除き冷暖房の使用ができなくなります。施設を利用される皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

※資源物ストックハウスの開放

小長井支所・長里グラウンド:毎日9:00～17:00(1/1～1/3を除く)

※燃えないゴミ種別と地区名

①空き缶・空き瓶・金属・有害ごみ・瓦・陶磁器、②ペットボトル、③束ねるごみ・粗大ごみ
A地区:遠竹・井崎・小ヶ浦、B地区:長里・牧・新田原・田原

