

多良見・伊木力公民館だより

令和６年度１月号　　（令和６年１２月２０日発行）

１月の講座[ご案内]

問合せ・申込は開講する公民館に：
多良見公民館(４３)００４９、伊木力公民館(４４)１００２
※　申込み多数の場合は抽選となります。

多良見公民館　一般講座

吹矢体験教室（２回講座）

吹矢は、性別・年齢を問わず、心肺機能・精神力・集中力を高めます。

《開催日時》　**１月２１日(火)、２８日(火)１３：３０～１５：３０**
《参加費》　無料
《講　師》　長崎県スポーツウエルネス吹矢協会公認指導員
《持参品》　運動のできる服装、タオル、飲み物
《会　場》　たらみ会館
《募集人員》　成人　２０人
《申込〆切》　１月１４日（火）



多良見公民館　一般講座

スマホをもっと使いこなす講座 ～LINEとスマホ決裁について～

スマホでLINEやPayPayを使いこなせるようになりませんか。



《開催日時》　**１月２８日（火）１０：００～１１：３０**
《参加費》　無料
《講　師》　ソフトバンク・スマホアドバイザー
《持参品》　筆記用具　※個人のスマホは使用しません。
《会　場》　たらみ会館
《新規募集》　成人　２０人
《申込〆切》　１月１６日（木）

伊木力公民館　一般講座

料理講座「果物を使ったお菓子作り」

フライパンでできる、果物を使ったお菓子作りを学びます。

《開催日時》　**１月２２日（水）１３：３０～１５：３０**
《参加費》　１,０００円
《講　師》　久保 真理 さん
《持参品》　エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル
《集合場所》　多良見多目的研修館
《募集人員》　成人　１２人
《申込〆切》　１月１５日（水）



新年明けましておめでとうございます

令和7年は「巳（み・へび）年」です。
巳年は、ヘビが脱皮することから「復活と再生」を意味し、新しいことが始まる一年だと言われています。
本年も、「巳」を「実」にかけて、皆さまにとりまして「**実を結ぶ**」年となりますようご祈念いたしますとともに、多良見公民館および伊木力公民館のご利用のほどよろしくお願いいたします。



多良見公民館長
伊木力公民館長

９～１１月に「こんな講座」を開催しました。



9/17 明生教室④
「笑う顔には福きたる」



9/20「気軽にストレッチ」



9/24 たらみ地域大学
「再び諫早騒動について」



9/26 伊木力公民館
「秋のｽﾃｨｯｸ・ﾌﾛｱｶｰﾘﾝｸﾞ」



10/22 明生教室⑤
「もっと確かな関係を・・」



10/29「気軽にタイ式ヨガ②」



10/17 伊木力公民館
「みそ作り講座」



11/12 伊木力公民館
「大草を歩く」



11/15 「社会参加は介護予防」