多良見・伊木力公民館だより

令和７年度９月号

（令和７年８月２０日発行）

９月の講座[ご案内]

問合せ・申込先は開催する公民館に
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　高齢者講座

明生教室　（10回講座）

第5回「ボッチャを楽しむ」

毎回違う内容を学習します。気軽に参加ください。今回は、ボッチャで体を動かします。

《開催日時》　９月１６日（火）
１０：００～１２：００
《参加費》　無料
《持参品》　タオル、飲み物
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　高齢者　５０人
《講　師》　長崎県ﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ協会
平山　仁　さん
《申込〆切》　９月８日（月）
《日　程》　⑥10/28,⑦11/18,
⑧12/2,⑨1/20,⑩2/17

多良見公民館　一般講座

たらみ地域大学　（4回講座）

「二宮尊徳と土橋貞恵」

二宮尊徳と諫早の生んだ幕末の偉人 土橋貞恵を取り上げ、その功績を学びます。



《開催日時》　９月３０日、１０月７日、
１０月１４日、２１日（火）
１０：００～１２：００
《参加費》　無料
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　成人　３０人
《講　師》　長崎大学名誉教授
佐久間　正 さん
《申込〆切》　９月２２日（月）

初開講!!



多良見公民館　一般講座

「はじめての盆石」　（3回講座）

盆石とは黒いお盆の上に白砂や石を使って風景を表現する日本の伝統芸術です。

《開催日時》　９月１１日、１８日、２５日（木）
１３：３０～１５：３０
《参加費》　無料
《持参品》　作業のできる服装（エプロン）
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　成人　１０人
《講　師》　小楠　弘幸　さん
《申込〆切》　９月４日（木）
《その他》　上の作品を多良見公民館に展示しています、ご覧ください。

伊木力公民館　一般講座

「秋のストレッチ教室」

ストレッチで体を動かしてみませんか。

《開催日時》　９月２９日（月）
１４：００～１５：３０
《参加費》　無料
《持参品》　運動のできる服装、飲み物
ヨガマット、タオル
《会　場》　多良見多目的研修館
《定　員》　成人　１５人
《講　師》　塩脇　美千代 さん
《申込〆切》　９月１９日（金）



４～６月に「こんな講座」を開催しました。ただ今、９月講座の受講者を募集中です。



4/15 「ハンドマッサージ講座」



4/17,24 「ヒロスケさんと諫早さるく」



4/24 伊木力公民館 「米粉を使った料理教室」



5/16,23,30 「はじめての美文字講座」



5/27 明生教室①「笑って、笑って、笑顔塾」



5/26 伊木力公民館 「ストレッチ教室」



6/12～7/17 「はじめてのボウリング」



6/15 伊木力公民館「一緒にハンドメイド講座」



6/17 「気軽にタイ式ヨガ①」



6/24 明生教室②「私の夢、語ります。」