多良見・伊木力公民館だより

令和７年度１１月号

（令和７年１０月２０日発行）

１１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　一般講座

「生前整理 ～後片付けの現場から～ 」

実際に後片付けをされた方のお話から、生前整理について考えましょう。

《開催日時》　１１月１１日（火）１０：００～１２：００
《講　師》　(有)菅原産業　菅原 則和　さん
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　成人・高齢者　５０人程度
《申込〆切》　１１月４日（火）



多良見公民館　高齢者講座

明生教室
第７回：相続「あなたへの最後の贈り物」

専門家の話から相続に関して心がけておくことを学びます。

《開催日時》　１１月１８日（火）１０：００～１２：００
《講　師》　諫早公証役場公証人　森 一朋 さん
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　高齢者・成人　５０人程度
《申込〆切》　１１月１０日（月）



伊木力公民館　一般講座

史跡探訪「伊木力を歩く」

伊木力地区の史跡等をめぐります。

《開催日時》　１１月２５日（火）９：３０～１２：３０
《講　師》　諫早市美術・歴史館専門員
大島 大輔 さん
《持参品》　歩ける服装・靴、帽子、タオル、飲み物
《集合場所》　多良見多目的研修館
《定　員》　成人　１５人
《申込〆切》　１１月１８日（火）



多良見公民館　一般講座

健康講座「気軽にタイ式ヨガ②」

気軽にできるヨガで健康保持をしましょう。



《開催日時》　１１月２５日（火）１０：００～１１：３０
《持参品》　運動のできる服装、ヨガマット、タオル、飲み物
《講　師》　山田　純　さん
《会　場》　たらみ会館
《定　員》　成人　１５人
《申込〆切》　１１月１７日（月）

多良見公民館　一般講座

「気軽にバウンドテニス」（３回講座）

気軽にバウンドテニスを楽しんでみませんか。

《開催日時》　①１１月２８日、②１２月１２日、③12月１９日（金）
１３：３０～１５：３０
※12月5日はお休みです。
《持参品》　運動のできる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物
《講　師》　長崎県バウンドテニス協会長　塘 俊明 さん
《会　場》　多良見体育センター
《定　員》　成人　３０人
《申込〆切》　①１１月２０日（木）
②、③１２月８日（月）





伊木力公民館図書室だより

『こころとあたまの、深呼吸。』

（第79回読書週間標語）

「2025・第79回　読書週間」が、10月27日(月)～11月9日(日)まで開催されます。読書週間は、読書の楽しさを伝え、すべての世代の人たちに本に親しんでいただくために設けられました。

時にはテレビを消して、ご家族で本を読んでみませんか。伊木力公民館図書室には多くの本を揃えております。どうぞ、お立ち寄りください。