

多良見・伊木力公民館だより

令和８年度４月号　（令和８年３月１９日発行）

４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　成人講座

「キャッシュレス決済講座
～PayPayを使ってみよう～」

「諫早市×PayPay 最大30%が戻ってくるキャンペーン」に合わせて、
PayPayの基本的な使い方をマスターしましょう。

《開催日時》　**４月１４日（火）１４：００～１５：００**
《参加費》　無料
《持参品》　ご自身のスマートフォン
《会　場》　たらみ会館
《募集人員》　成人　２０人
《申込〆切》　４月６日（月）



多良見公民館　成人講座

「気軽にストレッチ」

健康保持のために気軽に、筋トレ・ストレッチしませんか？



《開催日時》　**４月２１日（火）１０：００～１１：３０**
《持参品》　運動ができる服装、ヨガマット、タオル、飲み物
《講　師》　塩脇 美千代 さん
《会　場》　たらみ会館
《募集人員》　成人　１５人
《申込〆切》　４月１３日（月）

伊木力公民館　成人講座

「初めてのピラティス教室」（2回講座）

体のゆがみを改善し、姿勢を良くします。

《開催日時》　**４月１６日、２３日（木）１３：３０～１５：３０**
《持参品》　運動ができる服装、ヨガマット、タオル、飲み物
《講　師》　濱　佳子 さん
《会　場》　多良見多目的研修館
《定　員》　成人　１５名
《申込〆切》　４月９日（木）





令和８年２月には、こんな講座を開催しました。





2/10,17,24 「はじめての絵手紙」



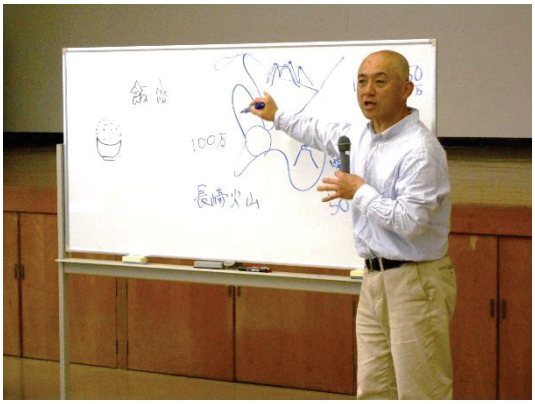


2/14,21,28「Helloからはじまる英会話」





2/14 伊木力公民館「大村寿司講座」





2/17 明生教室⑩「多良見よもやま話」

2/25 明生教室⑪「バス研修」