

多良見 伊木力 公民館だより6月号

（令和８年５月２０日発行）

多良見公民館（４３）００４９・伊木力公民館（４４）１００２

公民館講座のご案内（６月）

多良見 指先から美しく ハンドマッサージ

優しくマッサージすることで手の皮膚にハリや潤いを与えます。

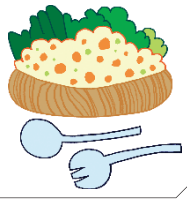
日時：６月１６日（火）１０時～１２時
場所：たらみ会館
講師：山下 正美さん
募集：成人１０人程度
参加費：無料
締切り：６月８日（月）



伊木力 お父さんを笑顔にさせる クッキング

父の日のプレゼント、今年はおいしいタコスを手作りしてみよう！

日時：６月２１日（日）１０時～１２時
場所：多良見多目的研修館
講師：久保 麻理さん
募集：小学生１０人程度
参加費：1,０００円
締切り：６月１２日（金）



多良見 明生教室① 講話「あなたをねらうニセ電話詐欺」

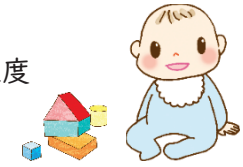
手口を知り電話がかかってきても落ち着いて対処できるよう学びましょう。

日時：６月２３日（火）１０時～１２時
場所：たらみ会館
講師：諫早市消費生活センター
募集：高齢者５０人程度
参加費：無料
締切り：６月１５日（月）

多良見 親子のふれあい わらべうた

ここちよいリズムのわらべうた。親子のスキンシップを育みます。

日時：６月２５日（木）１０時～１２時
場所：たらみ会館
講師：田中 洋子さん
募集：乳幼児親子１５組程度
参加費：無料
締切り：６月２２日（月）



始まります！明生教室

高齢者を対象に多良見公民館で開催している講座「明生教室」。令和８年度は８回の開催を計画しています。暮らしに役立つ講和や健康体操、秋にはバス研修も予定しています。皆様のご参加お待ちしています。





去年の様子

夏休み 講座がもりだくさん!!

【多良見公民館】☆お菓子作り講座　7/24（金）午前
☆はじめての囲碁（全３回）
7/27（月）29（水）31（金）午前
☆パステルアート教室　8/4（火）午前
☆ラジオ作り　8/18（火）午前



【伊木力公民館】☆学ぼう！小学生のための防犯・護身術
7/18（土）10時～12時
☆子ども映画会　8/7（金）午前
☆英語で遊ぼう会　8/21（金）午前



＊夏休み講座の案内チラシを多良見町の４つの小学校に６月中旬に配布予定。申込みは６月１９日からです。

４月の講座報告

4/14（火） 多良見公民館

キャッシュレス決済講座

５月から始まる市の「PayPay!最大30%が戻ってくるキャンペーン」を前に、PayPayの使い方やチャージの仕方などを学びました。









4/21（火） 多良見公民館

健康講座「気軽にストレッチ！」

講師の塩脇美千代先生がわかりやすく説明しながら、足先から背中、腰、肩甲骨などをゆっくりと動かしました。

4/16・23（木） 伊木力公民館

初めてのピラティス講座

濱佳子先生をお迎えし、基本の姿勢を意識しながらストレッチポールを使って体のゆがみを改善するための動きを学びました。





今年も開催されました！

いにしえの旅路を往く 長崎街道歩こう会 5/10（日）





晴れ渡る青空のもと今年も「長崎街道歩こう会」が行われました。425人が参加し7キロと5.5キロのいずれかのコースを歩きました。途中の関所でふるまわれるお茶やところてんで疲れを癒し、配布された「ご朱印帳」にスタンプを押しながらゴール目指して頑張って歩きました。



たらみ会館登録団体紹介

たらみ会館で身体を動かしたり、様々な文化活動を行う16の登録団体の中から「中国式リンパマッサージ」さんを紹介します。

中国式リンパマッサージ

令和元年、公民館講座のあと自主サークルとして発足しました。毎週金曜日の午前中、10名前後のメンバーが中国出身の才津先生の指導を受けながらリンパマッサージをおこなっています。 健康を意識しながら和やかな雰囲気の中で楽しんいます。興味のある方は多良見公民館までご連絡下さい。



