

# KOUYAGI



香焼公民館 HP

発行 長崎市香焼公民館 〒851-0310 長崎市香焼町 501-2 TEL/FAX 095-871-5213

## 夏の盛りに“秋”を先取り！

毎日暑いですね。夏バテしていませんか。熱中症が心配なところに、コロナも一気に増えてきました。くれぐれも気をつけねば…！

そんな中でも、「秋の講座」の準備は着々と進んでいます。お好みの講座はありますか？裏面でしっかりチェックしてくださいね。

- 長崎学講座
- おうちも気持ちもスッキリ「お片づけ」
- かんたん de おいしい「しあわせパン教室」
- 知って楽しむ「秋の園芸」
- 暮らしにうるおい「クラフトバンド小物」
- 門松づくり
- 映画と時代を考える
- 子ども映画館
- ゆるやかに「太極拳」
- 心と体がよろこぶ「リラクゼーションストレッチ」
- 身も心もそう快！「ノルディックウォーキング」
- もれなく元気がもらえる「健康教室」
- もっと活用したい人の「スマホ教室」

8月1日(月)  
申込受付  
スタート

参加無料。申し込みは不要です。

### 映画と時代を考える

8/16 (火) 13:30~

ジャンヌ・ダーク

1948年/100分/カラー  
監督 ヴィクター・フレミング  
出演者 イングリット・バーグマン  
ホセ・フェラー

15世紀前半、百年戦争の最中にあったフランス。少女ジャンヌは生まれ育った村を焼き討ちにされ、家族を失う。国を守るよう神のお告げを受けた彼女は、王太子シャルル7世のもとへ出向き、フランス軍を率いることに。神の声を聞いたという彼女の出現に人々の信望と熱狂の輪が広がり、劣勢にあったフランスは見事勝利。しかし…

今月もホールで上映します。映画館気分を味わいにいらっしやませ。

## 講座の申し込みはインターネットで

香焼公民館ホームページの**申込フォーム**に必要な事項を入力するだけでOK！パソコンがなくてもスマートフォンがあれば大丈夫です。**QRコード**を使えば簡単。QRコードはカメラ機能や専用リーダーで読み取れますが、機種でやり方が違うので確認してくださいね。

ちなみに、公民館では無料Wi-Fiが使えるので通信料がかかりません。お得で簡単に申し込みしませんか。

もちろん、ハガキや窓口での申し込みも今までどおり受け付けています。詳しくは裏面をご覧ください。

ご不明の点は香焼公民館（☎871-5213）へ。

ちよちよいの  
ちよい！



## 特定健診・がん検診

9月13日(火) 香焼公民館  
9:30~11:30/13:00~15:30

年に一度は健康チェック！8月8日~18日の間に「けんしん予約センター（☎0120-611-711）」へ予約を。

- ◎特定健診（血液・尿・血圧など）
- ◎がん検診（肺・大腸・胃・前立腺）
- ◎40歳以上（前立腺は50歳以上）
- ◎特定健診は無料。大腸（300円）、胃（500円）以外のがん検診無料

# 秋の講座ご案内

**申込方法** 次のいずれかの方法で **8月1日(月)～8月31日(水)** にお申し込みください。※**必着**  
※申し込み多数の場合は抽選になります。あらかじめご了承ください。

- **往復はがき** 1枚に1講座ずつ ①講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④住所 ⑤電話番号と返信用のあて名を書いて香焼公民館(〒851-0310 香焼町501-2)へ。
- **公民館窓口** あて名を書いた返信用はがき(1講座につき1枚)をご持参ください。
- **ホームページ** 香焼公民館ホームページの「申込フォーム」に必要事項を入力してください。スマートフォンの方はQRコードをご利用ください。

秋の講座  
申込フォーム



講座名/講師	日 時	内容/材料費等
<b>長崎学講座</b> 講師：村崎 春樹 先生	10/21・28 金曜日 13:30～15:30	「長崎ぶらぶら節」「長崎のお芝居と相撲」をテーマに、長崎の歴史を学びます。
<b>おうちも気持ちもスッキリ「お片づけ」</b> ～実践編：使いやすいキッチンを目指す～ 講師：金原 由納 先生	10/1 土曜日 10:00～12:00	片づけの基本的な考え方を学んで、台所の片づけ方法を具体的に考えます。
<b>かんたん de おいしい</b> <b>「しあわせパン教室」</b> 講師：山口 裕子 先生	10/14、11/18 金曜日 9:30～12:30	家庭でも手軽にできるレシピの手作りパンはいかがですか。 材料費：1,000円(2回分)
<b>知って楽しむ「秋の園芸」</b> 講師：福見 千松 先生	11/11、12/16 金曜日 13:30～15:30	秋から冬にかけての植物の育て方・楽しみ方を学びましょう。 材料費：1,000円(2回分)
<b>暮らしにうるおい</b> <b>「クラフトバンド小物」</b> 講師：平戸 都紀子 先生	11/30、12/7 水曜日 10:00～12:00	小物づくりを楽しみながら、基本の編み方を身につけましょう。 材料費：1,200円(2回分)
<b>門松づくり</b> 講師：浦川 満好 先生	12/24 土曜日 10:00～12:00	手作りの門松を飾って新年を迎えませんか。いい年になりそう！ 材料費：500円
<b>映画と時代を考える</b>	9/20、10/18、11/15 12/20、1/17、2/21、3/14 火曜日 13:30～15:30	懐かしい洋画の名作を鑑賞します。大画面で、ちょっとだけ映画館気分を味わいませんか。
<b>子ども映画館</b>	9/17、11/19 1/21、3/18 土曜日 10:30～11:30	アニメ「日本昔ばなし」「ハローキティ」シリーズなどを上映します。親子でも楽しめますよ。
<b>ゆるやかに「太極拳」</b> 講師：松永 朝江 先生	9/30、10/7・14 金曜日 10:00～11:30	ゆったりとした動きと呼吸で、足腰を鍛えながら精神も整えます。初心者の方、大歓迎です。
<b>心と体がよろこぶ</b> <b>「リラクゼーションストレッチ」</b> 講師：野口 信貴 先生	10/6、11/3、12/1 木曜日 14:00～16:00	気持ちよ～く全身を伸ばし、無理なく筋肉も鍛えましょう。 受講料：600円(3回分)
<b>身も心もそう快！</b> <b>「ノルディックウォーキング」</b> 講師：柴田 啓子 先生	10/26、11/2・9 水曜日 10:00～12:00	2本のポールを使ったエクササイズやウォーキングを体験します。 ※ポールは講師が準備します。
<b>もれなく元気がもらえる「健康教室」</b> 講師：中島 るり子 先生	11/25 金曜日 10:00～12:00	レクリエーションを楽しみながら、頭と体、心を活性化しませんか。
<b>もっと活用したい人の「スマホ教室」</b> ～インターネットで広がる世界～ 講師：ドコモショップ南長崎店	10/11 火曜日 13:30～15:30	インターネットの活用法や注意点を学んで、生活に役立てましょう。 ※スマホをお持ちの方対象の講座

申し込みは  
必要ありません。  
お気軽にどうぞ。