

## 筆ペン教室

日時 12/3(火)・10(火) 13:30～15:30  
 講師 日本習字小松支部  
 支部長 小松 明美  
 定員 12名 (2回連続講座)  
 備考 【場所:第2・3会議室】  
 【持参品:毛筆タイプの筆ペン(中字)】  
 筆ペンの持ち方・字形など基礎編。  
 日常生活に役立つ実用編。一人一人  
 への添削と丁寧な指導を行い、自主  
 学習のポイントなどもお伝えします。

## 絵手紙教室

日時 10/1(火) 10:00～12:00  
 講師 絵手紙インストラクター  
 前田 ヒロ子  
 定員 16名  
 備考 【場所:第2・3会議室】  
 【材料費:500円】  
 心を込めて一生懸命描いた絵は、相  
 手の心に届きます。線の描き方から学  
 び、消しゴムハンコも作ります。あなたた  
 らしい、あなただけの手紙。

手作りブローチ  
～レジンアート～

日時 12/17(火) 10:00～12:00  
 講師 LEDレジンアクセサリー  
 認定講師 里見 はるか  
 定員 20名  
 備考 【場所:第2・3会議室】  
 【材料費:1,000円】  
 レジンアートとは合成樹脂を使った創  
 作手芸のことです。初心者の方でも、  
 本格的なアクセサリーが作れると、今、  
 話題のレジンアートを楽しみましょう。

パソコン活用講座  
～ワード&エクセル～

日時 9/10(火)・17(火)・24(火) 10:00～12:00  
 講師 LDSオフィスパートナー  
 代表 渡邊 慎太郎  
 定員 8名 (3回連続講座)  
 備考 【場所:第2・3会議室】  
 【持参品:筆記用具】  
 ワード(文書作成用ソフト)とエクセル  
 (表計算や集計、グラフ作成用ソフト)の  
 2つの特長を生かし、本館のパソコンを  
 使用して、実施します。

## バレトン

日時 10/31(木)・11/14(木)・12/5(木) 10:00～11:30  
 講師 バレトンインストラクター  
 岩永 加世子  
 定員 30名 (3回連続講座)  
 備考 【場所:大ホール】  
 【持参品:タオル、飲物】  
 バレエ、ヨガ、フィットネスの3つの要  
 素を組み合わせた有酸素運動です。  
 体幹を鍛えながら柔軟性の向上を図  
 り、減量効果も期待できます。

## 名作映画会① その1

日時 10/21(月) 10:00～12:00  
 講師 センター職員  
 定員 特にありません  
 備考 【場所:大ホール】【受付は当日】  
 【題名:黄色いリボン】  
 年老いた騎兵隊長は退役を目前に  
 控えていた。この隊長の最後の6日間  
 とは…。西部劇ですが、殺し合いの場  
 面がありません。

## 名作映画会① その2

日時 11/18(月) 10:00～12:00  
 講師 センター職員  
 定員 特にありません  
 備考 【場所:大ホール】【受付は当日】  
 【題名:踊る大紐育(ニューヨーク)】  
 海軍の水兵3人は、ニューヨークで24  
 時間の上陸許可が与えられる。それぞ  
 れが素敵な女性と知り合って…。愛と  
 冒険のミュージカル映画です。

## 名作映画会① その3

日時 12/16(月) 10:00～12:00  
 講師 センター職員  
 定員 特にありません  
 持参品 【場所:大ホール】【受付は当日】  
 備考 【題名:逢びき】  
 互いに配偶者を持つ身でありなが  
 ら…。道ならぬ恋に惑う男女の、出会  
 いと別れを描いた傑作。甘く切なく迫  
 ってくる音楽も魅力的です。

## 2 琴海南部文化センター(含:体育館等)会場 長崎市琴海村松町703-14

### おいしいコーヒーの淹れ方

日時 ①10/24(木) ②11/28(木) 10:00~12:00  
講師 自家焙煎珈琲 喫茶 パンプキン  
店主 辻 啓悟  
定員 それぞれ22名  
備考 **【場所:喫茶「パンプキン」】**  
**【材料費:1000円】**  
今回のテーマは…。  
①10/24:ブレンドを構成する4つの豆  
②11/28:コーヒーで世界旅  
飲み比べも楽しみです。

### ピザ焼き体験教室

日時 11/11(月) 10:00~ または 11:30~  
講師 Pizzeria BARBA  
オーナー 川野 孝幸  
定員 それぞれ8名  
備考 **【場所:ピッツェリア「バルバ」】**  
**【材料費:1000円】**  
自家製生地を適度にこねて、トッピングして、石窯で焼き上げて…。アツアツピザを味わいましょう。時間帯は決定通知でお知らせします。

### アルコールインクアート

日時 9/30(月)・10/7(月) 13:30~15:30  
講師 アルコールインクアーティスト  
辻原 紀代子  
定員 16名  
備考 **【場所:第2・3会議室】**  
**【材料費:1000円】**  
アルコールインクを垂らして…。幻想的できれいな色模様を楽しみましょう。アルコールアレルギーのない方に限る。インクが付いても良い服装で。

### 似顔絵イラスト教室

日時 9/26(木) 10:00~12:00  
講師 似顔絵art TANO  
代表 末次 司  
定員 20名  
備考 **【場所:第2・3会議室】**  
**【持参品:筆記用具】【材料費:1000円】**  
人の顔を描くのは初めてでも、似顔絵のポイントや面白さ、楽しさを実感しましょう。一人一人の個性が溢れる似顔絵にチャレンジ!

### ルーシーダットン

日時 10/11(金)・10/25(金)・11/8(金) 10:00~11:30  
講師 ルーシーダットンインストラクター  
高比良 順子  
定員 30名 (3回連続講座)  
備考 **【場所:琴海南部体育館】**  
**【持参品:タオル、飲物、ヨガマット】**  
独自のポーズと呼吸法によるストレッチ。身体のブレを調整し、血行を整え心身の不調改善を図ります。ダイエットや美肌効果も期待できます。

### フィットネスフラ&ストレッチ

日時 10/29(火)・11/12(火)・11/26(火) 10:00~11:30  
講師 JWIインストラクター  
AKIKO  
定員 30名 (3回連続講座)  
備考 **【場所:琴海南部体育館】**  
**【持参品:タオル、飲物、ヨガマット】**  
エアロビクスにフラダンスを取り入れたエクササイズ。ハワイアンミュージックを使った有酸素運動でリラクゼーション効果と持久力の向上を目指します。

### スマホ教室

日時 ①10/3(木) ②10/10(木) 10:00~12:00  
講師 ソフトバンク認定講師  
定員 それぞれ20名  
備考 **【場所:第2・3会議室】**  
**【条件:10人未満の場合は取り止め】**  
スマホで気を付けることや地図利用などを学ぶ①(基礎編)と、LINEを中心に学ぶ②(LINE編)。普段の疑問にも丁寧にお答えします。

## ※ 注意!

「おいしいコーヒーの淹れ方(開催場所:喫茶パンプキン)」と「ピザ焼き体験教室(開催場所:ピッツェリアバルバ)」の2つの講座の駐車場は、

**琴海南部文化センターの駐車場**  
です。

### 3 さざなみ会館会場

長崎市琴海形上町1849-4

#### 健康お笑いライブ

～笑って健康に～

日時 9/20(金) 13:30～15:00

講師 都知木 睦

定員 特にありません

備考 【場所:大ホール】【受付は当日】

【持参品:タオル】

心がポジティブになると脳も活性化します。レクリエーション技術を使った脳トレゲーム等、楽しいことを脳に覚えこませましょう。

#### 悪質商法の被害に

あわないために

日時 10/18(金) 13:30～15:00

講師 長崎市消費者センター  
石嶋 昭吾

定員 特にありません

備考 【場所:集会室】

【受付は当日】

契約の知識、長崎市内で発生した最新の悪徳商法の手口や対処法などについてDVD上映や寸劇、クイズ等で楽しく学びましょう。

#### 名作映画会②

日時 11/20(水) 13:30～15:00

講師 センター職員

定員 特にありません

備考 【場所:集会所】【受付は当日】

【題名:綾小路きみまろ 爆笑エキサイトライブ】

速い！鋭い！止められない！きみまろ毒舌大暴走！。愉快！痛快！大爆笑！

「きみまろ」ワールド、ノンストップライブの開演です。