

滑石公民館はホームページからも申し込みできます。

滑 石 公 民 館							
〒852-8061 長崎市滑石2丁目1-8（横道バス停） TEL (856) 3751 FAX (856) 3857 ※駐車場有				講座時間 朝 10:00～12:00 昼 13:30～15:30			
区分	講 座 名	講師（敬称略）	回数	日 時			備 考
散策	長崎再発見	東 秀信 ほか	5	10/15～11/12	火	朝	長崎の街を散策して歴史を学び長崎を再発見 〔受講料〕 1,600円
社会・経済・科学	歴史に学ぶ長崎人	江越 弘人	4	10/10～11/21	隔週木	朝	長崎の歴史、長崎人の歴史を文献とともに学ぶ 2・3回目は館外活動
自然	野草散策	宮崎 勉	4	9/12～10/3	木	朝	秋の野山や公園を散策して野草や薬草を観察
家庭生活	おいしいパンづくり	森本 富士美	4	10/16・30 11/13・27	水	10:00～13:00	食欲の秋、おいしいパンづくりに挑戦 〔材料費〕 2,500円
	楽しいガーデニング	福見 千松	5	10/15～12/10	隔週火	昼	季節の寄せ植え 小物盆栽やかご編みづくり 〔材料費〕 2,000円
	花のある生活 ～プリザーブドフラワー & トロッケンゲシュテック～	中田 弘子	3	10/10 11/14、12/12	木	朝	季節に合ったアレンジをつくり、彩りある暮らしを 〔材料費〕 6,000円
	秋のアロマスプレーづくり	黒田 聖子	1	10/17	木	朝	アロマ（精油）を組み合わせ、お気に入りのスプレーをお部屋やマスクに ABとも同じ内容 ※どちらか一つを選択 〔材料費〕 600円
			1	11/21	木	朝	
	外貨のススメ講座	地元の「公民館」元気プロジェクト講師	1	10/17	木	10:00～11:30	資産を増やす方法、外貨の活用、外貨活用リスク
	笑顔を運ぶ「遺言」講座 〔対象〕 60歳以上		1	10/24	木	10:00～11:30	「相続」について考えておくべき理由 「相続」を考え、遺言にできること
芸術・文化	やきもの事始め	学習グループ なめし696	5	9/24 10/25・29 11/1・5	火・金	朝	世界に一つだけ、自分だけの器づくり 初心者大歓迎 〔材料費〕 800円
	名作映画を観る	公民館職員	6	10/18、11/22 12/20、1/24 2/21、3/21	金	昼	毎月初めに電話で予約を 先着30名
運動・健康	ルーシーダットン（タイ式ヨガ）	早田 ちあき	4	9/10～10/1	火	10:00～11:30	身体を伸ばしながら心身をバランスよく整える健康体操 〔受講料〕 1,600円
	健康ストレッチ	佐藤 晶子	4	11/15～12/13 ※12/6は休	金	10:00～11:30	ストレッチ体操で健康で柔らかい身体づくりを 〔受講料〕 1,600円
	イスを使って自分体操 〔対象〕 60歳以上	園川 真紀	4	10/4～10/25	金	朝	イスに座ってするストレッチ体操 〔受講料〕 1,600円
情報機器	タブレット体験教室 〔対象〕 60歳以上	公民館職員	2	10/31、11/7	木	朝	タブレットの初心者向け体験講座 ABとも同じ内容 ※どちらか一つを選択 タブレットは公民館で準備
			2	11/14・21	木	朝	
	LINE（ライン）からはじめるスマホ講座 〔対象〕 60歳以上	NPO法人 まちラボ	2	11/19・26	火	朝	LINE（ライン）を基礎からゆっくり学ぶ講座 スマホは受講者が保有する機器を持参すること