

～つどう・学ぶ・つながる～



西公民館だより

〒852-8004
長崎市丸尾町5番5号
TEL 861-5919
FAX 861-5926

西公民館トップページ <https://www.city.nagasaki.lg.jp/page/2992.html>

メールアドレス com_nishi@city.nagasaki.lg.jp



《令和7年 8月号》

春の講座 終盤へ！

今年は例年よりも早い梅雨明けとなりました。梅雨明けの途端、真夏のような暑い日が続いており、熱中症警戒アラートが毎日のように発令されています。皆様には、水分補給をこまめに行い、健康第一でお過ごしくださいますようお願い申し上げます。

さて、8月に入ると、秋の講座の申し込みが始まります。7月末現在で、西公民館の春の講座は8月9日(土)の【平和講演会】を残すのみとなりました。

間もなく始まる夏休みには、「夏休み子ども教室」を予定しており、7月12日の締め切りまでにたくさんのお子どもたちからの申し込みがあります。子どもたちの元気な声が響くのが、とても楽しみです。

まずは、7月に開講した講座の様子を紹介いたします。

やさしいヨガでHAPPYに *7/1～7/15 毎回火曜日、全3回



3回の講座で、「ひざ→腰→肩」の痛みの改善につながる呼吸法やヨガのポーズを学習しています。

レクボッチャを楽しもう *7/2～7/16 毎回水曜日、全3回



1回・2回の講座では6チームで総当たりの練習試合を行い、ルールの確認をしながら競技の理解や技能向上を図りました。最後の3回目はチーム対抗レクボッチャ大会を開催し、大いに盛り上がりました。結果は、チーム「元氣一ず」の優勝でした！

浴衣の着付け教室 *7/11～7/25 毎回金曜日、全3回



本格的な夏を前に昨年度から実施している講座です。

当初は定員8名に近い申し込みがあったのですが、諸般の事情によって受講できなくなった方が相次ぎ、結果的に極々少人数での開催となりました。が、その分いつも以上に丁寧な指導が可能となり、受講生にも喜んでもらっています！

「秋の西公民館講座」の申込受付が始まります!!

申込期間
8/1(金)～8/30(土)

西 公 民 館		〒852-8004 長崎市丸尾町5-5 (電機前バス停) TEL (861) 5919 FAX (861) 5926			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	歴史文化探訪	野口 義幸	6	10/2～11/6	木 朝	〔受講料〕1,600円(6回分) 現地集合・小雨決行	
科学自然	秋の薬草散策	古野 節子	4	10/17～11/7	金 朝	〔受講料〕1,600円(4回分) 現地集合・小雨決行 *最少10人	
家庭生活	今でしょ 長崎①	中村 史子	1	11/12	水 朝	長崎のすばらしさを再認識する料理教室 〔材料費〕各750円	
	今でしょ 長崎②	峰 久代	1	11/19	水 朝		
	今でしょ 長崎③	木浦 鈴子	1	11/22	土 朝		
	まかせて厨房 〔対象〕成人男性	峰 久代	6	9/20～10/25	土 朝	料理の基本を学ぶ男性を対象にした料理教室 〔材料費〕4,500円(6回分)	
	おしゃれな食卓	中村 史子	6	9/17～10/22	水 朝	一味違ったおしゃれな食卓を演出する料理教室 〔材料費〕4,500円(6回分)	
	楽しいパン作り	山口 亜希子	3	9/29～10/20 ※10/13休	月 朝	みんなで楽しくパン作りに挑戦 〔材料費〕1,200円(3回分)	
	ハロウィンのパン作り	山口 亜希子	1	10/29	水 朝	ハロウィンを楽しめるかわいいパン作り 〔受講料・材料費〕1,200円	
	のびのび健康学 〔対象〕60歳以上	松山 眞理子 松本 かおり ほか	8	9/9～11/4 ※9/23休	火 昼	運動や講話などをおして心と体の健康について幅広く学ぶ	
	おはなしのへや 〔対象〕乳幼児と保護者 	公民館支援 ボランティア	毎月1回	9/16～3/17	第3火 10:30～11:30	絵本の読み語りや紙芝居、エプロンシアターやパネルシアターなど ※申込不要	
芸術・文化	はじめての韓国語	荒木 由実	5	9/9～10/14 ※9/23休	火 朝	韓国語の発音やハングルの書き方、基本フレーズを学ぶ 〔テキスト代〕1,320円	
	ギターと歌の午後のひととき	山口 修 山口 純子	1	11/27	木 14:00～15:30	山口夫妻によるミニコンサート。ギターの調べと歌声でゆったりとした時間を過ごしませんか	
	着物の着付け教室 〔対象〕成人女性	松本 寿枝	6	9/26～10/31	金 昼	着物を一人で着れるようになるための着付け教室 〔受講料〕4,800円(6回分) *最少5人	
	アーティフィシャルフラワーの花あそび ～はじめてでも楽しいクリスマスリース作り～	今田 美穂	1	11/11	火 朝	生花をリアルに再現し、生花にはない美しさを表現した造花を使った「クリスマスリース作り」 〔材料費〕3,000円	
	絵手紙教室	濱崎 彰	2	10/1、10/8	水 昼	絵手紙で“芸術の秋”に浸りましょう！ 年賀状作りにも生かれます！ 〔材料費〕1,000円(2回分)	
	絵画教室	濱崎 彰	4	10/15～11/5	水 昼	身近な素材をモチーフにして、水彩画・パステル画などを学ぶ 〔受講料〕2,100円(4回分)	
	つるでカゴ作り	永留 正二	3	11/18～11/20	火 木 朝	つるを使って円形のカゴ作り ※3日連続の講座 〔受講料・材料費〕2,500円(3回分)	
	親子でクリスマスリース作り 〔対象〕小学生親子 	永留 正二	1	11/29	土 朝	つるを使って、親子でクリスマスリース作りにチャレンジ 〔材料費〕無し、リボン等の飾り持参	
	子ども映画会 〔対象〕小学生(大人、幼児も可) 	公民館職員	毎月1回	9/13～3/14	第2土 10:00～11:30	日本や世界の名作アニメ、英語や人権に関する映画の上映 ※申込不要	
運動・健康	わくわくダンス広場 〔対象〕小学生	山田 浩美	7	9/13～11/1 ※10/25休	土 13:00～14:30	ダンスの基本を身につけ、みんなで一緒に楽しく踊る	
	レクボッチャを楽しもう	公民館職員	3	11/26～12/10	水 朝	パラリンピック正式種目「ボッチャ」のルールをアレンジした、誰もが楽しめるユニバーサルスポーツ	
	レクボッチャで地域の輪を広げよう	公民館職員	1	12/13	土 昼	レクボッチャをとおして、異世代交流や地域との交流を深める	
機器情報	Excel入門 〔対象〕パソコン操作、文字入力ができる方	平川 康明	6	9/30～11/4	火 朝	エクセルの基本操作から応用までを学ぶ 〔受講料〕3,500円(6回分、資料代含む) *最少3人	

西公民館のイチオシ

クリスマスのパン作り

クリスマス気分を盛り上げるようなパン作りの講座です。クリスマスの前に受講し、手作りパンでクリスマスを迎えませんか？

期 日 12/12 ※金曜日(全1回)
〔受講料・材料費〕1,800円
時 間 10:00～12:30
対 象 一般成人
講 師 山口 亜希子 先生

マジック入門

日用品などの手に入りやすい材料で、誰もが驚き、少しの練習でできるマジックの紹介

期 日 11/21～12/12
※金曜日(全4回)
〔受講料・材料費〕2,000円(4回分)
時 間 13:30～15:30
対 象 一般成人
講 師 井手 浩二 先生

スマホ講座

今回は特に、【LINE】の基本的な使い方を中心に学びます。みんなで一緒に、今より便利に使えるようになります。

期 日 11/13、11/20
※木曜日(全2回)
時 間 13:30～15:30
対 象 一般成人
講 師 渡邊 慎太郎 先生

秋の講座の申込方法は、「①電子申請、②往復はがきの送付、③はがき持参」となっています。