

外海公民館だより

「秋の講座」のご案内 令和8年6月号

〒851-2403
長崎市神浦江川町2番地
電話・Fax: 0959-24-0460
E-mail: sotomek@mxn.cncm.ne.jp
(休館日: 火曜日と祝日の翌日)

多くの皆様のご参加をお待ちしています。

※ 申込期間 8月1日～8月31日

講座名と会場	講師	日時	備考
池島炭鉱坑内体験 〔集合〕神浦港 	三井松島 リソース	10/23 (金) 10:00～14:00	トロッコで坑内へ、坑内探検と機器の操作体験 〔体験料〕2,720円 (20名以上: 2,170円) 〔船賃〕940円 (15名以上: 846円) 〔定員〕24名 〔持参〕昼食、飲物
外海の潜伏キリシタン ～ 出津集落 ～ 〔集合〕外海歴史民俗資料館駐車場	外海観光ガイド協会 中村 和正 氏	11/13 (金) 10:00～12:00	出津教会や外海歴史民俗資料館などの施設を 巡りながら、潜伏キリシタンの文化を探る  〔入館料〕650円 〔定員〕15名
ヒロスケが見た外海の歴史と暮らし 〔会場〕黒崎地区公民館	長崎のまち歩きに詳しい 山口 広助 氏	12/9 (水) 13:30～15:30	人権啓発研修会 外海の歴史や暮らしを振り返り ながら人権問題を考え、明るい地域社会を 〔定員〕30名程度
県民の森自然観察 〔集合〕県民の森 森林館	県民の森 インタープリ ターの会	11/6 (金) 10:00～12:00	秋の草花、きれいな溪流、いやしの森を散策 〔ルート〕アップダウンを適度に組み込んだコース 〔定員〕15名 〔持参〕タオル、飲物など
外海のおやつタイム ～ ゆうこうのお菓子 ～ 〔会場〕黒崎地区公民館	平ベーカリー代表 平 則子 氏	10/29 (木) 10:00～12:00	「ながさき味わいの匠」と作る伝統柑橘ゆうこうの お菓子 〔定員〕10名 〔材料費〕700円  〔持物〕エプロン、三角巾
外海の山菜料理 ～ 山菜おこわ ～ 〔会場〕外海公民館 	がんばろう会代表 川口カズエ 氏	10/7 (水) 10:00～12:00	「ながさき味わいの匠」と作る外海の山菜おこわ 〔定員〕10名 〔材料費〕800円 〔持物〕エプロン、三角巾
外海の郷土料理 ～ からべ煮しめ ～ 〔会場〕外海公民館	がんばろう会代表 川口カズエ 氏	11/18 (水) 10:00～12:00	「ながさき味わいの匠」と作る外海のからべ煮しめ 〔定員〕10名 〔材料費〕800円 〔持物〕エプロン、三角巾
遠藤周作と長崎 ～ 『沈黙』から『深い河』まで～ 〔会場〕遠藤周作文学館	遠藤周作文学館 学芸員	10/2 (金) 10:00～12:00	代表作『沈黙』の舞台となった長崎市外海地区で、 遠藤周作の文学と生涯や、長崎との関係について学 び親しむ 〔定員〕15名 〔入館料〕540円
押絵で作るミニ羽子板 〔会場〕外海公民館	趣味の民芸 日宇みや子 氏	11/20 (金) 10:00～12:00	日本の伝統工芸である押絵(布を用いた貼り絵)で ミニ羽子板づくり 〔定員〕12名  〔材料費〕1,500円 〔持参〕裁縫道具
まゆ玉のお正月飾り 〔会場〕外海公民館	趣味の民芸 日宇みや子 氏	12/11 (金) 13:00～15:30	養蚕や豊作を祈る「まゆ玉」の素敵なお正月 飾りで新年を祝う 〔定員〕12名 〔材料費〕1,500円 〔持参〕裁縫道具
ちりめんで作る干支のお人形 〔会場〕外海公民館	パッチワークの会講師 山下美由紀 氏	12/4 (金) 13:00～16:00	かわいいヒツジのお人形で、新しい年をお迎え 〔定員〕12名 〔持参〕裁縫道具 〔材料費〕1,500円 (別途ケース代: 希望者)
ちりめんで作る雛人形  〔会場〕外海公民館	パッチワークの会講師 山下美由紀 氏	2/5 (金) 13:00～16:00	かわいいお内裏様とお雛様で、桃の節句を祝う 〔定員〕12名 〔持参〕裁縫道具 〔材料費〕1,600円 (別途ケース・小物代: 希望者)
外海名作映画館 〔会場〕外海公民館	公民館職員	9/14 (月) 11/9 (月) 13:30～15:30	懐かしい名作洋画を鑑賞 ※ 申込不要 9/14…名犬ラッシー ～ 家路 ～ 11/9…チップス先生さようなら 〔定員〕なし
みんなで楽しく健康体操 ～ チェアビクス ～ 〔会場〕黒崎地区公民館	エアロビクス インストラクター 岩永加世子 氏	9/10、10/8 11/12、12/10 (木)10:00～11:30	座って行うエアロビクス、音楽に合わせて楽しく笑 ってエクササイズ 〔定員〕30名 〔持参〕タオル 飲物、ヨガマット又はバスタオル、体育館用靴 (お持ちの方)
卓 球 〔会場〕外海公民館	公民館職員	9/16・30、10/14・28 1/20、2/3・17、3/3 (水) 10:00～12:00	ゲームを中心に卓球を楽しみ、心身をリフ レッシュ 〔定員〕14名 〔持参〕タオル、飲物
大中尾棚田の稲刈り体験 〔対象〕小学生と保護者 〔集合〕外海公民館駐車場	大中尾棚田保全組合 森山 俊一 氏 松岡 信道 氏	10/10 (土) 10:00～11:30	「日本の棚田百選」の地で稲刈りを楽しむ  〔定員〕20名 〔持参〕タオル、軍手、帽子、飲物、汚れていい靴
ダンスワークショップ 〔対象〕小学生 (保護者参観可) 〔会場〕黒崎地区公民館	ダンススクール SPACE☆UNION 代表 雅 KAZZ 氏	9/26、10/24 ※11/28 (土) 10:00～11:30	ヒップホップダンスに楽しくチャレンジ 〔定員〕20名 ※ 注意…11/28は外海公民館にて 〔持参〕体育館シューズ、タオル、飲物

※ 会場・集合場所 以下の6ヶ所です。お間違いのないようお越しください。

1 外海公民館（駐車場）	長崎市神浦江川町 2	0959-24-0460
2 黒崎地区公民館	長崎市下黒崎町 5157-1	0959-25-0136
3 ながさき県民の森 森林館	長崎市神浦北大中尾町 693-2	0959-24-0181
4 外海歴史民俗資料館（駐車場）	長崎市西出津町 2800	0959-25-1188
5 遠藤周作文学館	長崎市東出津町 77	0959-37-6011
6 神浦港	長崎市神浦江川町 657	0959-24-0211

き り と り 不 要



令和8年度 外海公民館「秋の講座」申し込み

1 申込受付

- (1) 申込期間 令和8年8月1日（土）～8月31日（月） ※定員以内であれば、締切後も受け付けます。
 (2) 抽 選 8月31日（月）までに定員を超えた場合は抽選（当館にて公正に）を行います。
 (3) 決定通知 受講の可否を9月当初にお知らせします。
 (4) そ の 他 個人情報、諸連絡および緊急時の連絡以外には使用いたしません。

2 申込方法（複数の講座をまとめて申し込むことができます。）

- (1) 往復はがき（往信用の裏面に以下を記入） ※1通のはがきで複数の講座を申し込みます。
 ①希望講座名 ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥小学生は学校・学年・保護者氏名
 (2) 窓 口 外海公民館にて（9:00～16:50）…休館日を除く。
 (3) 電 話 0959-24-0460（9:00～16:50）…休館日を除く。
 (4) F A X 0959-24-0460
 (5) Eメール 往復はがきの①～⑥の内容を記入してください。
 アドレス：sotomek@mxa.cncm.ne.jp こちらから送信できます。⇒



3 申込用紙（窓口およびFAX用） FAX：0959-24-0460

希望の講座に○印をお付けください。（複数の講座を申し込みます。）			
() 池島炭鉱坑内体験	() 外海のおやつタイム	() まゆ玉のお正月飾り	
() 外海の潜伏キリシタン	() 外海の山菜料理	() ちりめんで作る干支のお人形	
() ヒロスケが見た外海の歴史と暮らし	() 外海の郷土料理	() ちりめんで作る雛人形	
() 県民の森自然観察	() 遠藤周作と長崎	() みんなで楽しく健康体操	
() 押絵で作るミニ羽子板	() 卓 球		
希望者 ふりがな 氏 名 年齢 ()	住所 〒 -		
電話番号（屋間に連絡可能な番号をお願いします）	Eメール又はFAX番号（お持ちの方は必ずご記入ください）		

※ 「大中尾棚田の稲刈り体験」「ダンスワークショップ」の申込みは以下へ

小学生	ふりがな 氏 名 年齢 ()	希望講座：○印 稲刈り () ダンス ()	保護者 ふりがな 氏 名 年齢 ()	参加・参観：○印（稲刈り体験は必ず参加） する () しない ()
	ふりがな 氏 名 年齢 ()	希望講座：○印 稲刈り () ダンス ()		
住所 〒 -		電話番号 （屋間に連絡可能な番号をお願いします）	Eメール又はFAX番号 （お持ちの方は必ずご記入ください）	

※ 小学生3名以上、保護者2名以上は、欄外にお書きください。

◆申し込み、問い合わせ

長崎市外海公民館（休館日：火曜日と祝日の翌日）

住所：長崎市神浦江川町2番地

電話・Fax：0959-24-0460

E-mail：sotomek@mxa.cncm.ne.jp

