



## 令和8年度 講座 受講生募集!!

四箇地区公民館が主催する令和8年度の講座の受講生募集のご案内です。

### ★こども絵画講座★ 年10回 小1～小6向け

- ・日時：第3日曜日 13:30～15:00
- ・定員：20名程
- ・材料費：年500円
- ・講師：大平 知美

### ★こども陶芸講座★ 年6回 年長～小6向け

- ・日時奇数月第4日曜日 13:30～15:00
- ・定員：15名程
- ・材料費：粘土代 毎回ひとり1,000円
- ・講師：鬘農 美重子

### ★なぎなた講座★ 年10回程 小学生以上

- ・日時：第1・3日曜日 9:00～10:30
- ・定員：15名程
- ・材料費：場所、道具代 毎回300円
- ・講師：三井 千壽
- ・場所：なぎなた道場『千彩館』

### ★親子クッキング講座★年8回 小学生と保護者

- ・日時：第2日曜日 9:00～12:00
- ・定員：24名
- ・材料費：毎回ひとり600円
- ・講師：兼若 典子

※講座のお申込みは四箇地区公民館まで※  
(受講料2,000円を添えてお申し込み下さい)

～～～講座紹介～～～

### 親子クッキング講座 1/11 (日)

雪の吹雪く寒い日でしたが、ご参加いただいた方々でほうれん草のキッシュパン、チキンピカタ等、パーティーメニューを楽しく作りました!



### なぎなた体験教室&鏡開き 1/12 (月)

なぎなたの指導者による演武披露、参加者のなぎなた体験、鏡開きと、普段できない日本の伝統行事に触れる事ができた一日でした!



## 四箇地区食改地区講習会

2月3日 (火) 四箇地区公民館にて四箇地区食改講習会が実施されました。レシピが必要な方はお気軽に公民館にお声がけください。

～メニュー～

- ・たらと白菜のレモン蒸し
- ・台湾風豆乳スープ
- ・豆乳もち

優しい味で体も温まり  
美味しくいただきました!



## 新しい図書を購入しました

2月に「一般向け」および「児童向け」の新しい図書を購入しました。この機会にぜひお読みください!



### 【一般向け】 4冊

リクエスト

- ・豊臣秀長 (上・下) 堺屋 太一
- ・残照 田中 芳樹
- ・海に眠るダイヤモンド 野木 亜紀子

### その他 6冊

- ・カフェーの帰り道 嶋津 輝
- ・生きとるわ 又吉 直樹
- ・分水 隠蔽捜査11 今野 敏
- ・棺桶まで歩こう 萬田 緑平
- ・科学に証明されたすごい習慣 大百科 堀田秀吾
- ・I アイ 道尾 秀介

### 【児童向け】

リクエスト 6冊

- ・謎の香りはパン屋から 土屋 うさぎ
- ・クスノキノの番人 (上・下) 東野 圭吾
- ・漢字クロスワード200 川崎 光徳
- ・初級ナンプレ200 川崎 芳織
- ・はたらく細胞5 清水 茜

## 第2回「いきいきサロン」

2月10日 (火) 公民館にて第2回「いきいきサロン」が開催されました。今回は多度津包括支援センターの方による「認知症について知ろう」という講座でした。認知症によって引き起こされる行動を正しく理解すれば「困った行動」ではなく、「困ったサイン」と気付いてあげられる、そしてサインを見逃さず寄り添ってあげることが大事だと教わりました。包括支援センターは高齢者の生活を支える窓口です。些細なことでも気軽に相談できるのは心強いですね。ですが、先ずは予防のために積極的に社会活動に参加し、他者との交流、そして、笑い合い、楽しむことが大事です。そのためにも公民館は皆さまが気軽に集える場所であり続けたいと思います。



## 無理しないフィットネス講座

3月22日 (日) 10時より公民館にて子育て世代のための「フィットネス講座」を開催します。子育てで疲れた体をリフレッシュするチャンスです。参加希望の方は公民館まで!