



# でてこんの

南部出張所  
馬間田公民館  
令和7年  
9月1日発行

## 南部出張所講座募集

### 眠りヨガ

～ヨガニドラー体験～



申込先



ヨガニドラーとは、仰向けの状態で、インストラクターの声に耳を傾けながら体の緊張を緩める簡易的な瞑想の一種です。

**9月27日(土)**

- ◆時間 14:00～15:30
- ◆場所 津島東公民館（筑後市津島1309）
- ◆講師 ヨガインストラクター  
相良 留美子さん
- ◆受講料 無料
- ◆持ってくるもの  
ヨガマット、タオル、水筒、ハーフケット
- ◆定員 10人程度
- ◆申込み 9/17（水）15時まで

### マジックショー



申込先



マジックショーを見て、驚きや楽しさを味わってみませんか。

**10月13日(月)**

- ◆時間 10:00～11:30
- ◆場所 島田公民館  
（筑後市島田1112-1）
- ◆講師 横溝 克典 さん
- ◆受講料 無料
- ◆定員 20人程度
- ◆申込み 10月1日（水）15時まで

### 絵手紙



今年の年賀状は、手作りの温かさが伝わる「絵手紙」にしてみませんか。

申込先



**10月29日(水)**

- ◆時間 14:00～15:30
- ◆場所 溝口南公民館  
（筑後市溝口1319-2）
- ◆講師 國吉 篤子さん
- ◆受講料 200円
- ◆材料代 500円
- ◆持ってくるもの  
筆記用具 ※絵の具は貸し出します。
- ◆定員 10人程度
- ◆申込み 10/6(月)15時まで

申込み  
問合せ

筑後市中央公民館(サンコア)  
☎53-2178 Fax 53-4216

月曜日～金曜日  
9:00～17:00

※祝日の月曜日と  
振替休日は休み

## 南部出張所講座報告

### 「ギター弾き語りコンサート」

7月12日(土)に若菜公民館で、講師に「そーはく弾き語り教室」そーはくさんをお迎えし、二川校区コミュニティ協議会共催「ギター弾き語りコンサート」を開催しました。

昭和時代の曲を中心に、歌われた当時の時代背景を聴きながら、一緒に声を出したり、曲に合わせて体を動かしたりしました。

アンケートには、「歌声・演奏が素晴らしく、話が上手でした。」「会場の一休感を肌で感じました。」などがありました。

### 「ベジフルフラワー入門」

7月13日(日)に馬間田公民館で、講師にベジフルフラワーアーティストプロフェッサー貝田輝子さんをお迎えし、「ベジフルフラワー入門」を開催しました。

講座では、「野菜・果物」を「フラワーブーケ」に見立て、野菜・果物のブーケづくりをしました。見てきれいな食べ物でおいしい、贈ってうれしいベジフルフラワーの作り方を学びました。

アンケートには、「SDGSの観点から、野菜とのふれあいができました。」「初めての経験で野菜のブーケづくりは、新鮮でした。」などがありました。

## 中央公民館主催講座募集中です！

### 懐かしのわくわくディスコダンス講座 (全4回)

懐かしい70～80年代のディスコミュージックでダンスを楽しみます。

### 暮らしに役立つ エクセル講座 (全4回)

暮らしに役立つエクセルの機能を学習します。

10/3(金)～10/24(金)

- ◆時 間 19:00～20:00
- ◆場 所 サンコア軽運動室
- ◆受講料 1,000円(全4回分)
- ◆定 員 15人程度
- ◆託 児 あり(無料・未就学児)
- ◆申込み 9/16 15:00迄

11/6(木)～11/27(木)

- ◆時 間 10:00～12:00
- ◆場 所 サンコア第5講習室
- ◆受講料 2,000円(全4回分)  
資料代込
- ◆定 員 10人程度
- ◆申込み 10/10 15:00迄