



# でてこんの

南部出張所  
馬間田公民館  
R7.10.31 発行

## 南部出張所講座募集



昨年作品です

### 正月の寄せ植え 【12月14日(日)】

- ◆時 間 10:00~11:30
- ◆場 所 馬間田公民館  
(筑後市大字馬間田 926-43)
- ◆講 師 園芸福祉士 吉田和三さん
- ◆受講料 200 円
- ◆材料代 2,000 円
- ◆定 員 10 人程度
- ◆申込み 12月1日(月)  
15:00 迄に下記へ

申込先



昨年作品です

### 正月の寄せ植え 【12月15日(月)】

- ◆時 間 10:00~11:30
- ◆場 所 島田公民館  
(筑後市大字島田 1112-1)
- ◆講 師 永尾農園代表 永尾秀樹さん
- ◆受講料 200 円
- ◆材料代 2,000 円
- ◆定 員 10 人程度
- ◆申込み 12月1日(月)  
15:00 迄に下記へ

申込先



でてこんの見れます。



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

### 「コミュニケーションマージャン」講座 馬間田公民館



9月7日(日)に馬間田公民館で、講師に筑後市社会福祉協議会地域福祉係長ト部善行さんをお迎えして、「コミュニケーションマージャン」を開催しました。

「コミュニケーションマージャン」は、大きな牌を使ってみんなで相談しながらゲームを進めるものでした。ルールも柔軟にアレンジができ、楽しく相談しながら遊ぶことができました。

アンケートにも、「少し頭を使って楽しい時間を過ごしました。」などの感想が書かれていました。

### 「眠りのヨガ～ヨガニドラー体験～」講座 津島東公民館



9月27日(土)に津島東公民館で、講師にヨガインストラクターの相良留美子さんをお迎えして、「眠りのヨガ～ヨガニドラー体験～」講座を開催しました。

テニスボールを使って体のツボを押したり、ひもを使ってヨガのポーズを行ったりして体をほぐしました。

仰向けになり、講師のガイドを聴きながら、体の緊張を緩める簡易的な瞑想(ヨガニドラー)を体験しました。

アンケートには、「リラックスできました。」などの感想が書かれていました。

## 中央公民館主催講座募集中です！

### 「奥の細道」入門講座

1/13～2/3(毎週火曜日：全4回)

初心者向けに松尾芭蕉の人生とその俳句の魅力を学びます。

◆時間 13:30～15:00

◆場所 サンコア3階 視聴覚室

◆受講料 1,000円(4回分)

◆定員 15名程度※応募多数の場合は抽選

◆申込み〆切 12月13日15:00まで

### 暮らしに役立つパワーポイント講座

1/22～2/12(毎週木曜日：全4回)

パワーポイントの便利で楽しい使い方を学習します。

◆時間 13:30～15:30

◆場所 サンコア第5講習室

◆受講料 2,000円(※資料代込)

◆定員 10名程度※応募多数の場合は抽選

◆申込み〆切 12月25日15:00まで