

長糸公民館だより

糸島市立長糸公民館
糸島市川付876-1
Tel&Fax 323-2032
毎週月曜・年末年始休館

平成30年度 第8号 2018年11月15日発行

11月号

長糸公民館の情報は
インターネットでも
QRコードはこちら



長糸公民館HP <http://www.city.itoshima.lg.jp/c007/index.html>

長糸公民館

検索

* 11月・12月の行事予定 *

- 11月 18日(日) 長糸振興大会
長糸ふれあい文化祭
 - 19日(月) 校子連冬期インリーダー
 - 21日(水) あいさつ運動
文化祭実行委員会(第3回)
 - 22日(木) 高齢者教室「おとなの社会見学」
 - 12月 1日(土) 人権週間行事「街頭啓発」
「人権映画祭」
 - 5日(水) あいさつ運動
 - 7日(金) 健康づくり講座「ながいとキッチン」
『魚と野菜たっぷりの洋風料理』
 - 11日(火) 健康づくり講座「ひざこし体操」
 - 16日(日) コミカレ講座 大人と子どもで楽しむ
『折紙 De クリスマスリース』
 - 19日(水) あいさつ運動
まちづくり講座「オール長糸の筒料理」
- 行事予定は、変更になる場合があります

長糸郷土振興大会 長糸ふれあい文化祭

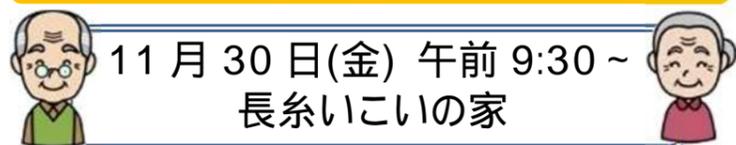
11月18日(日)
長糸小学校 体育館他

- 【振興大会】 9:00 ~ 10:05
- 【作品展示】 10:00 ~ 16:00
- 【ステージ発表】 10:15 ~ 16:00
- 【食・物品バザー】 11:30 ~



駐車場は、小学校運動場
いこいの家、旧JA糸島長糸支店
倉庫・支店敷地、長糸公民館を
ご利用下さい。

いこいの家に来てみませんか



11月30日(金) 午前 9:30 ~
長糸いこいの家

【今月の予定】

西内さんのピアノ伴奏で
一緒に歌いましょう
楽しいDVD鑑賞もあります



毎月最終金曜日に開催中!
歌を歌ったり、身体を動かしたり、
おしゃべりしたり、学習したり
楽しく過ごしています。
60才以上の方は
どなたでも参加できます!

あいさつ運動

【毎月第1・3水曜日、朝 7:45 ~】

11月21日
担当:長糸小学校PTA
12月5日・19日
担当:民生児童委員会
体育委員会

おはようございます!
いってらっしゃい!



長糸小学校児童登校時の
見守り声かけ活動です

糸島市人権・同和教育推進協議会 長糸支部 主催



長糸人権映画祭のご案内



12月4日~10日は人権週間です

市同協長糸支部では「差別のない、人にやさしい、人権尊重のまち」を目指しています

日時: 12月 1日(土) 13:15 ~ 開会式・人権作文発表

13:40 ~ 上映開始(上映時間 129分)

場所: 長糸公民館 2階 大研修室

皆様お誘い合わせの上

参加費: 無料(事前のお申込みは不要です) **お気軽にお越しください**

「だいじょうぶだよ」と絵本がいった



じんじん



大地康雄
企画・主演



絵本の里がつなぐのは、
心やさしい人びとの無償の愛。
俳優 大地康雄が、
すべての大人に贈る。

「じんじん」

すべては2007年、俳優の大地康雄が訪れた北海道の小さな町・剣淵町から始まった。そこでは、約20年前から「絵本」を真ん中に、人と人の心が通う「絵本の里づくり」を掲げ、町民は仕事の合間をぬって子どもたちに絵本を読み聞かせ、豊かな心を育てていた。その想いは町のすみずみまで届き、人々が助けあうまでに成長。大地が見たのは絵本に目を輝かせる子どもたちであり、親と子の明るい未来だった。そして、ひとりの俳優は<絵本の力>と<親子の絆>を描いた映画づくりを始める。その想いに共感する人々が集まって誕生したこの映画から、あたたかな感動とやさしい気持ちが“じんじん”と広がっていく。

【あらすじ】

大道芸人の銀三郎(大地康雄)にはひとり娘がいたが、娘が6歳の時に妻と別れて以来、会うことを許されずにいた。ある日、幼なじみが経営する農場を訪れた銀三郎は、農業研修にやって来た4人の女子高生と出会う。広大な自然や町の人々との交流の中で打ち解けていく銀三郎と少女たちだったが、ただひとり、彩香だけは心を開かずいた。やがて、銀三郎は彩香の秘密を知り.....

11・12月もイベント盛り沢山! 詳しくは裏面をご覧ください

●公民館講座のご案内●

【お問い合わせ・申し込み】
長系公民館 Tel&Fax 323-2032

健康づくり講座『ながいとキッチン』 魚と野菜が美味しい洋風料理

イタリア(地中海)料理を取り入れて
魚を丸ごと美味しく食べましょう
デザートを含め、5品作る予定です



- *もち麦入り新生姜ご飯
- *アクアパッツア
- *かぶ菜と切干大根の煮びたし
- *かぶのポタージュ
- *紅茶寒天・りんごのコンポート

日時：12月7日(金) 9:30~12:30
場所：長系公民館 調理室
講師：恵良 なを子さん(管理栄養士)
定員：24名程度(先着順受付)
参加費：800円(材料費・当日徴収)
持参品：エプロン、三角巾、筆記具
申込み：12月2日(日)迄に公民館へ

目指せ！生涯現役 ～高齢者学級のご案内～



リハビリのプロによる教室です!!
「膝が痛い... 腰が痛い...」が口癖のあなた!!
自分の体をチェックできるチャンスです!!

日時：12月11日(火) 14:00~16:00
場所：長系公民館 2階大研修室
内容：講話「自分の身体の特徴を知ろう!!」
実技「柔軟性・筋力・姿勢」チェック
「転ばん体操1・2・3」
講師：作業療法士 徳重 義和 氏
服装：動きやすい格好
申込み：長系公民館に12/6(木)まで
共催：市健康づくり課

お気軽にどうぞ!!



コミカレ・ア・ラ・カルト 大人と子どもで楽しむ 折紙 De クリスマスリース

今年のクリスマス、おりがみのリースやオーナメントでお部屋を飾ってみませんか?
大人と子どもと一緒に楽しむ講座です。大人の方だけはもちろん、お子さんやお孫さんと一緒にご参加ください。楽しい時間を過ごしましょう!

日時：12月16日(日) 10:00~12:00
会場：長系公民館 会議室
講師：田中 三香子さん
定員：15名程度(先着順受付)
対象：子どもから大人までどなたでも



幼児は保護者同伴でお申し込みください
参加費：300円(材料費として当日徴収)
申込・問合せ：長系公民館に12/11(火)まで

まちづくり講座 鎮竹林の「ながいとメンマ」 オール長系の筍料理

ながいと鎮竹林が今年の春に収穫し塩漬けにして保存した筍(たけのこ)を使った料理講習会です。ラーメンだけではなく箸休めにもおつまみにもぴったりのメンマの他、普段の夕食やお正月にも使えるメニューもつくります。

日時：12月19日(水) 9:30~13:00
会場：長系公民館 調理室
講師：長系3R会のみなさん
定員：12名(先着順受付)
メニュー：メンマ・がめ煮・チンジャオロース
参加費：600円(材料費として当日徴収)
申込・問合せ：長系公民館に12/13(木)まで



長系ゴルフ有志会(長系公民館サークル) ゴルフコンペ参加者募集!!

日時：平成30年12月22日(土)
7時40分より開会式
8時03分 OUT・IN 同時スタート
会場：WITHIN STYLE GOLF CLUB
(旧 多久ゴルフクラブ)
現地集合
佐賀県多久市北多久町大字小侍 1803-1
☎0952-75-5151
会費：1,000円
プレイフィー：9,500円(税込・各自払い)
セルフ・カート付き(昼食費別)
締切：11月末日 6組 先着24名
申込先：事務局(溝口保昭)行政区有志会役員
及び長系公民館
(新規申込同時募集)



秋の“華”便りが 届きました

今年も公民館に美しい大輪の菊の花が届きました。
飯原行政区の中原一(なかはらはじめ)さんが丹精込めて育てられた菊は、繊細でありながら華やかな姿で来館される皆様を優しくお出迎えています。是非一度ご覧ください



サークル紹介 NO. 9

《ヨガサークル》

私達が習っているのは、ハタヨガで起源は、数千年以上前、サンスクリット語で「ハ=ha」は 太陽(吸う息)「タ=tha」は月(吐く息)を意味し、陽と陰、世の中の相対する2つのものを結びつけ、調和させバランスを取るヨガです。ゆっくりと深い呼吸で自己の内面への意識を高め無理のない範囲でア・サナ(ポ・ズ)を丁寧にを行います。優しい小林先生のレッスンでバランスの良い心身を手に入れませんか? 最近 男性2名も入られ楽しく活動しています。



練習日 毎週木曜日 10:00~11:30 長系公民館1F和室 会費1500円

団体紹介

健康を守る会

健康を守る会は、文化祭のかしわご飯や夏祭りのおでんでおなじみですね。普段は料理教室やウォーキング、健康講座などで楽しく活動しています。興味がおありでしたら、入会要請はしませんので(笑)ぜひお気軽にご参加下さい。



売り切れ御免!
大人気のかしわご飯

美味しく、楽しく!
料理教室

