



使

用できるお部屋が増えました！



合唱などの使用ニーズが高まっていることから、昨年8月から試行的に講座室と和室を合唱などで使用できるようにしていました。

今年9月からは正式に使用できるようになりました。「レクリエーション室や視聴覚室はなかなかとれない…」とお困りのサークルさんは、ぜひぜひ講座室と和室の使用をご検討ください。電子ピアノの貸出もしています！（貸出備品は事前に申請が必要です）

【民謡・詩吟・独唱・合唱・オペラで使用できるお部屋】

⇒ **レクリエーション室、視聴覚室、実習室、講座室、和室**

市

民企画講座、二次募集開始！

今年度から本格的に実施している「中央公民館 市民企画講座」、二次募集の応募を受け付けます。二次募集では、一次募集で応募の無かった2テーマに絞って募集します。

長岡京市内で活動する個人・団体・企業であれば、どなたでも企画・応募することができます。企画・応募については、「募集要項」をご確認ください。市内公共施設に配架、又は市HPでダウンロードすることができます。【企画テーマ】：①防災・安全 ②環境



ガ

ラシャ オープンハウスでサークル体験♪

ガラシャウィーク期間中に、公サ連サークルの体験ができる「オープンハウス」が今年も開催されます。

気になるサークルの体験をするチャンス！！サークル体験のはしごもOK！たくさんのご参加をお待ちしております♪

日	場所	午前	午後
11月7日(水)	レクリエーション室	【ウクレレ】 ウクレレサークル「ココパ」	【詩吟】 長岡京吟詠会
	視聴覚室	【オカリナ】 オカリナ「チツチツチー」	
	講座室	【絵画】 水彩画あい好会	
	和室		【民舞】 民舞クラブ
	実習室	【手芸】 人形クラブ	【ステンドグラス】 ステンドグラス「ゆめ」

日	場所	午前	午後	夜間
11月8日(木)	レクリエーション室	【詩吟】 詩吟を楽しむ会		
	視聴覚室	【大正琴】 大正琴愛好会		
	講座室			
	和室	【華道】 茶花「ほととぎす」	【茶道】 公民館茶道クラブ	
	実習室	【陶芸】 ひねくり陶友会		

日	場所	午前	午後	夜間
11月9日(金)	レクリエーション室		【フラダンス】 パーリーシェルグレイス	
	視聴覚室		【ハーモニカ】 クラゲ長岡	【合唱】 アンサンブルマチネー
	講座室	【書道】 水蓮書道クラブ	【写真】 NPC長岡京写真クラブ	
	和室			
	実習室	【手芸】 編み物クラブ「樺」	【手芸】 編物手芸うさぎクラブ	

講座 あんない



募集中・今後開催予定の講座です。お気軽にご参加ください♪

市民企画講座「心と体を健やかに ヨーガ・セラピー（全6回）」

申込受付中

健康維持や介護予防、ストレスマネジメントのために、ヨガで体を動かしましょう。お仕事帰りにも。

日時 9月19日～3月13日 月1回
全て水曜日の19:00～20:30

対象 市内在住・在勤の40歳以上の方

定員 10名



申込受付中

市民企画講座「季節のアロマ&ハーブ講座」⑤



宝石せっけん作りやヘッドマッサージ実習をします。
アロマを通してリラックス・リフレッシュしましょう！

日時 9月21日（金）13:00～15:00

対象 市内在住・在勤の方（託児あり）

定員 6名 参加費 1,000円

市民企画講座「かしこい暮らしを目指す 長岡京市民大学（全3回）」

申込受付中

いろいろなジャンルの活動を体験し、目指せ“いきいきセカンドライフ”！

日時 9月27、10月25日、11月22日（木）
14:00～15:30

対象 市内在住・在勤の概ね50歳以上の方

定員 40名



申込受付中

市民企画講座「脳いきいき教室で 認知症予防」②



みんなで体を動かしたり、ゲームをして認知症予防に取り組みます！

日時 9月30日（日）14:00～15:30

対象 市内在住・在勤の概ね65歳以上の方

定員 20名

「市民企画講座」

5～8月にも、様々なジャンルの講座が開催されました。

市民や団体の方が企画者として活躍されています☆



学び・生きがい



市民企画講座

「アロマ・ハーブ・お花を使って健康に」④

日 時 10月4日(木) 14:00~15:30
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 20名
参加費 1,000円
申 込 9月15日 11:00~

市民企画講座

「みんな元気にな〜れ!細胞からのよみがえり」
(気功体操)

日 時 10月19日・26日(金) 10:00~11:30
対 象 市内在住・在勤の概ね40歳以上の方
定 員 各30名 (託児あり)
申 込 9月15日 11:00~

市民企画講座

「高齢者のためのヴォイストレーニング(全2回)」

日 時 10月20日・11月24日(土) 10:00~11:45
対 象 市内在住・在勤の概ね50歳以上の方
定 員 20名
申 込 9月15日 11:00~

市民企画講座

「東洋医学とタッチフォーヘルス(全5回)」

日 時 10月26日~3月22日 月1回
全て金曜日の15:00~16:30
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 20名 (託児あり)
申 込 9月15日 11:00~

市民企画講座

「みんなで創ろう!乙訓の景観カード」③

日 時 10月28日(日) 13:30~15:30
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 10名
申 込 10月2日 11:00~

市民企画講座

「笑って楽しく健康体操(全4回)」

日 時 11月6日~12月18日
全て火曜日の13:30~15:00
対 象 市内在住・在勤の概ね60歳以上の方
定 員 20名
申 込 10月2日 11:00~



家庭教育学級

「びよびよクラブ後期(全5回)」

日 時 10月25日~2月28日 月1回
全て木曜日の10:00~11:30
対 象 市内の2~3歳の子と保護者
定 員 抽選で28組 (託児あり)
参加費 5回で300円
申 込 10月2日 11:00~10月7日 17:00

市民企画講座

「ふれて成長を感じよう!親子たいそう」③

日 時 11月1日(木) 10:30~11:30
対 象 市内の4ヵ月~3歳の子と保護者
定 員 10組
申 込 10月2日 11:00~

講座・イベント ほうこく



公サ連交流会（研修旅行）

公民館サークル連絡協議会（公サ連）に加入するサークルの交流会が9月3日に実施されました。今年は大阪堺市にある与謝野晶子記念館と刃物のミュージアムなどに行き、会員同士の交流と親睦を図りました

公サ連加入サークルは随時募集しています！

ちょっと紹介



長岡京市少年少女発明クラブ



小学校4年生から6年生までを対象とした、京都市下で唯一の少年少女発明クラブです。

子どもたちに科学的な興味と関心を追求できる場を提供すること、創造性豊かな人間形成を図ることを目的に活動しています。

中央公民館が事務局となっています。

学んだ知識を自分のものにし、子どもたちが自ら考え、実現させる力を身に付けることを目指して木工工作や電気工作などに取り組んでいます。

今年度前半は、オリジナルの木箱づくりに挑戦しています♪

2月に発表展を予定しています。



次号は秋冬号
(11月頃発行予定)



かして暮らしく
長岡京

【発行・問い合わせ】

長岡京市立中央公民館

〒617-0824 長岡京市天神4丁目1-1

☎075-951-1278 ファックス 075-955-4774

[e-mail]

kouminkan@city.nagaokakyo.lg.jp