



市

市民企画講座、始めます！



今年度から、「中央公民館 市民企画講座」を本格的に実施します！

「市民企画講座」とは、企画者の方が自ら講師となり、中央公民館の講座を企画・実施するものです。

講座内容は長岡京市第4次総合計画から中央公民館が抽出する6テーマの中から選択し、そのテーマに沿った講座を企画していただきます。

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。

6つのテーマ：①子育て ②健康・福祉 ③高齢者 ④防災・安全 ⑤環境 ⑥市の魅力発信

【平成30年度 実施予定企画】

企画者	企画名	テーマ
西村 日出男 さん	長岡京市民大学	⑥
清水 陽子 さん	季節のアロマ&ハーブ講座	②
小矢野 由美 さん	ミニミニえほんのひろば	①
乙訓医療生協 長岡京支部 さん	脳いきいき教室で認知症予防	②③
乙訓地名詩編纂 「チーム乙訓」 さん	みんなで創ろう乙訓の景観カード	⑥
小林 仁 さん	筋力トレーニング	②③
福羅 敦子 さん	3B体操でいきいき楽しく筋力アップ	②
菅 美和子 さん	ふれて成長を感じよう！親子たいそう	①
川内 尚美 さん	音楽で遊ぼう！親子のための知育リトミック 音楽で遊ぼう！トーンチャイム演奏体験	①
森田 佐代子 さん	笑って楽しく健康体操	③
A・Kクラブ さん	元気に長生き！生き！生き！	②

企画者	企画名	テーマ
山田 正子 さん 北村 貴子 さん	アロマ、ハーブ、お花を使って健康に	②
小牧 理絵子 さん	心と体を健やかに ヨーガ・セラピー	②③
三上 隆 さん	優しい遺言書の作り方	②
水島 啓子 さん	椅子に座って 楽しく運動効果を！	③
長岡京吟詠会 さん	詩吟で元気に！	③
土居 亜季 さん	作ってみよう布ナプキン & やってみよう月経コントロール	①②
澤田 和子 さん	笑って子育て	①
岩佐 美千子 さん	東洋医学とタッチフォーヘルス	②
童謡コーラス 四ツ葉会 さん	高齢者のためのヴォイストレーニング	②③
山内式気功体操 さん	みんなで元気になる！「細胞からのよみがえり」	②

受講申込等については、市の広報紙・HP・チラシにて順次お知らせします。ご参加をお待ちしております♪

時

間を延長します！

児童室の一般開放は、4月から時間を延長して実施しています。

親子でゆっくり過ごしてくださいね♪

申込みや参加費は不要です。

場 所	中央公民館 2階 児童室
開放日	毎週 金・土・日曜日 9:00～17:00
対 象	就学前の子と保護者



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「みんなで創ろう！乙訓の景観カード」①

申込受付中

市内の景観をテーマにした写真・絵・文芸作品から好きなものを選び、乙訓オリジナルの景観カードをつくります。

日 時 6月24（日）9：30～11：30
場 所 2階 学習室2
対 象 市内在住・在勤の方（小学4年生から参加OK）
定 員 20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」①



体を動かしたり、ゲームをしたりして認知症予防に取り組めます！

日 時 6月21（木）14：00～15：30
場 所 1階 レクリエーション室
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「アロマ・ハーブ・お花を使って健康に」①

申込受付中

アロマのクールジェル作りなどをします。
アロマを通して生活向上について考えてみませんか？

日 時 7月19（木）14：00～15：30
場 所 2階 学習室2
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 20名
費 用 1,000円



学び・生きがい



市民企画講座「季節のアロマ&ハーブ講座」③

日 時 7月27日（金）13：00～15：00
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 6名
申 込 7月1日 11：00～

市民企画講座「優しい遺言書の作り方」

日 時 7月28日（土）10：00～11：30
対 象 市内在住・在勤の概ね50歳以上の方
定 員 10名
申 込 7月1日 11：00～

市民企画講座「季節のアロマ&ハーブ講座」④

日 時 8月31日（金）13：00～15：00
対 象 市内在住・在勤の方
定 員 6名
申 込 8月1日 11：00～



親子で

子どもエコ教室

「竹の“どんぐりアーチェリー”をつくろう！」

日 時 7月29日(日) 9:15~11:45

対 象 市内の小学生

*小学1~3年生は保護者の同伴が必要です

定 員 20名

申 込 7月1日 11:00~

市民企画講座

「ふれて成長を感じよう！親子たいそう」①

日 時 7月24日(金) 10:00~11:30

対 象 市内の4ヵ月~3歳の子と保護者

定 員 10組

申 込 7月1日 11:00~

市民企画講座

「アロマ・ハーブ・お花を使って健康に」②

日 時 8月7日(木) 10:00~11:30

対 象 市内の5歳以上の子と保護者

小学4年生以上はお子さんだけの参加もOK

定 員 20組

費 用 1組1,000円

申 込 7月15日 11:00~

市民企画講座

「ふれて成長を感じよう！親子たいそう」②

日 時 9月14日(金) 10:00~11:30

対 象 市内の4ヵ月~3歳の子と保護者

定 員 10組

申 込 8月1日 11:00~

市民企画講座「笑って子育て」

日 時 9月8日(土)・11(火)・13(木)
10:30~11:30

*いずれかの日程から1日を選択

対 象 市内の0~1歳の子と保護者

定 員 20組

申 込 8月1日 11:00~

講座・イベント ほうこく



第28回公サ連まつり

第28回 公サ連まつり

公民館サークル連合会(公サ連)に加入するサークルの成果発表の場である、「公サ連まつり」が、5月19、20日に開催されました。

展示部門・芸能部門や模擬店・お茶席もあり、両日で1,080名の来場がありました。

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



花壇のお花



市民ひろば（南側）の花壇は、「長岡京市環境の都づくり会議 花を咲かそうプロジェクト」の皆さんが植栽して下さいます。

季節ごとにどんなお花が咲くのか、お楽しみに♪



公民館職員の異動



よろしくお願いします！

文化・スポーツ振興室から異動してきました徳田と申します。毎日多くの方が利用される公民館が居心地のよい施設となるよう、また、公民館を利用して活動されている皆様の活動のサポートができるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

徳田 真由子

ありがとうございました！

様々な活動をされている市民の方々と接することができ、とても刺激を受けた1年でした。何かに挑戦したり学んだりすることの大切さを、皆さんのステキな笑顔から学ぶことができました。短い間でしたが、本当にありがとうございました。

北川 あかり

市役所に入所して配属となったのが、ここ中央公民館でした。初めは右も左もわからず、公民館がどんなところかすら分かっていないような状態でした。公民館でいろいろな人と出会い関わっていく中で、人が生き生きと生活していく上でここがとても大事な場所だということも分かり、自分自身も少しずつ成長する機会を日々いただいていたと思います。

長いようで短い5年間でしたが、公民館サークルのみなさんがお元気で活動されている姿をまた見に来れることを楽しみにしています。5年間本当にありがとうございました。

安田 真之



次号は夏秋号
(9月頃発行予定)



かしこ暮らしっく
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