

令和8年度生涯学習事業  
秋季体験キャンプ  
～大自然を満喫！体験キャンプ～

自然豊かな場所で、地域の特性を生かした体験や、ま  
ちの特産物である、からいもなどを使用した郷土料理づ  
くりを体験しませんか！

- 期 日 10月10日(土)・11日(日)
- 開催場所 町野外活動等研修センター(大津町真木)
- 内 容 テント設営、野外キャンプ料理体験、地域  
探検、各体験教室など  
※雨天の場合、中止になります。
- 対 象 者 町内在住の小学校4年生～6年生
- 定 員 15人程度  
(先着順 ※定員になり次第締め切ります。)

- 参 加 料 1人あたり 2,000円
- 申込期間 9月8日(火)～9月25日(金)
- 申込方法  
二次元コードまたは電話にてお申し込みください。  
※電話での受付時間は午前8時30分～午後5時です  
(土日・祝日を除く)。
- 申し込み・問い合わせ  
役場生涯学習課 生涯学習係 ☎096(293)2180

ジュニアリーダーとして  
活動してみませんか？

町教育委員会が主催するスポーツや文化関係のイベン  
トにボランティアとして参加し、様々な体験学習をしな  
がらジュニアリーダーとして活動しませんか？

- 対象者 町内在住の高校生・大学生および町内の高校に通学す  
る学生
- 内 容 秋季体験キャンプ  
ジョギングフェスティバル など
- 申し込み・問い合わせ  
役場生涯学習課 生涯学習係 ☎096(293)2180



## 俳句

つのはな俳句会

沙羅の花すけない白の強さかな

榮田しのぶ

老け顔のわたしと語る秋の蝶

志賀孝子

緑陰に潮風どこまでもオカリナ

村田健二

横顔の母に叱られ白木樫

矢嶋道子

野分雲逆引き辞典の文字踊る

上杉波

久方の友より電話雲の峰

塚本洋子

青柿の縦に降る雨臥して見る

白川ぼたん

虫の音につつまれ帰る畑の道

梅木トキエ

## 短歌

大津短歌会・野づかさ

指導 阿木津 英

昼食後洗って気づくわが茶碗有田焼

とて刻印あるを 小平善行

夜なべして着物を縫いてくれし母わ

れ十歳の誕生の日に 坂本 泉子

眼を閉じて昭和の歌を夫は聞く今の

はやり歌はせからしか 山本 泰子

音のして黒く流るる筑後川梅雨明け

間近の川の荒ぶる 高村 貴子

こんなにも飲む人多し添いて知る飲

めないものは飲めないのです

表札に父の名残る玄関は母の生けた

る新盆の菊 宮澤 里美

息をつめ真白き紙に向かへどもため

らい深く筆のおちざる 本田 咲

久しぶりに故郷の友と囲碁をして自

愛せよとぞ言いて別れつ 橋野 知博

梅雨明けの日差しを受けて草木も

青空へ向く庭のけやきも 豊岡ミツル

消えてゆく記憶を懸命にたぐりよせ

古文書ひもとく夫いとよし 吉田 良子

## 公民館講座のお知らせ

- 申込方法：直接来館、二次元コードまたは電話でご予約ください。参加費、材料代などがある場合は申込期間内にあわ  
せてお支払いをお願いします。
- 申し込み  
・申込期間  
二次元コード：各講座申込開始日午前8時30分から申込終了日の午後5時まで(この間はいつでも申し込みできます)  
来館や電話：各講座申込開始日から申込終了日の平日午前8時30分から午後5時  
※参加費は、講座負担金として、一般500円・中学生以下200円が必要です。その他、講座により材料代などが必要です。  
※定員になり次第、申し込みを締め切ります。 ※申込者が少ない場合は開講しない場合があります。  
※町内在住・在勤の人を優先して受け付けます。 ※各講座の申込期間をご確認ください。
- 問い合わせ：町生涯学習センター ☎096(293)2146

## リンパケア体操(朝コース)



|      |                                                             |
|------|-------------------------------------------------------------|
| 開講日  | 9月28日、10月5日、19日、26日、<br>11月2日、9日(月曜日：全6回)                   |
| 時 間  | 午前10時30分～正午                                                 |
| 場 所  | 陣内地区公民館分館 和室                                                |
| 定 員  | 10人(先着順)                                                    |
| 内 容  | 骨盤の歪みを整えたり、リンパを流したりして体の不調を改<br>善します。冷え性改善や免疫力アップにも効果的な体操です。 |
| 講 師  | 吉武 千鶴さん                                                     |
| 参加費  | 500円                                                        |
| 準備物  | ヨガマット、バスタオル2枚、飲み物                                           |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                              |

## 健康太極拳



|      |                                                                                 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月1日、8日、15日、22日、29日、<br>11月5日(木曜日：全6回)                                         |
| 時 間  | 午後1時30分～3時30分                                                                   |
| 場 所  | 陣内地区公民館分館 講座室                                                                   |
| 定 員  | 8人(先着順)                                                                         |
| 内 容  | 中腰の姿勢のまま重心を安定させるので足腰が自然に鍛えられます。そして体と心<br>がバランスのとれた関係になり若々しく明るい気持ちを保ち続けることができます。 |
| 講 師  | 林 真理子さん                                                                         |
| 参加費  | 500円                                                                            |
| 準備物  | ヨガマット、室内シューズ、タオル、飲み物、運動ができる服装                                                   |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                                                  |

## AI活用ステップアップ講座



|      |                                                          |
|------|----------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月7日、14日、21日、28日、11月4日<br>(水曜日：全5回)                     |
| 時 間  | 午後2時～3時30分                                               |
| 場 所  | 町生涯学習センター 視聴覚室                                           |
| 定 員  | 8人(先着順)                                                  |
| 内 容  | AIへの伝え方や活用のコツを身につけ、暮らしの中で自<br>分らしく活用できる力を育てるステップアップ講座です。 |
| 講 師  | 吉井 清人さん 吉井 未来さん                                          |
| 参加費  | 500円                                                     |
| 準備物  | 筆記用具、スマートフォン                                             |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                           |

## 初秋の料理を作ろう



|      |                                                             |
|------|-------------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月16日(金)                                                   |
| 時 間  | 午前10時～正午                                                    |
| 場 所  | 大津地区公民館分館 調理室                                               |
| 定 員  | 10人(先着順)                                                    |
| 内 容  | ゴマ風味の鯛茶漬けとナス、サトイモを使った秋野菜の田楽<br>を作ります。初秋の食材を使った料理と一緒に作りましょう。 |
| 講 師  | 岡崎 正博さん                                                     |
| 参加費  | 500円(材料代1,100円)                                             |
| 準備物  | エプロン、三角巾、タオル、タッパー(持帰用)                                      |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                              |

## リンパケア体操(夜コース)



|      |                                                             |
|------|-------------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月1日、8日、15日、22日、29日、<br>11月12日(木曜日：全6回)                    |
| 時 間  | 午後7時30分～9時                                                  |
| 場 所  | 大津地区公民館分館 研修室Ⅰ、Ⅱ                                            |
| 定 員  | 10人(先着順)                                                    |
| 内 容  | 骨盤の歪みを整えたり、リンパを流したりして体の不調を改<br>善します。冷え性改善や免疫力アップにも効果的な体操です。 |
| 講 師  | 吉武 千鶴さん                                                     |
| 参加費  | 500円                                                        |
| 準備物  | ヨガマット、バスタオル2枚、飲み物                                           |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                              |

## キッズ体操



|      |                                                 |
|------|-------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月6日、13日、20日、27日<br>(火曜日：全4回)                  |
| 時 間  | 午後6時30分～7時30分                                   |
| 場 所  | 大津地区公民館分館 研修室Ⅰ、Ⅱ                                |
| 定 員  | 10人(先着順) 3歳～6歳(年長児)対象者                          |
| 内 容  | ボール、マット、鉄棒、ハードル、音楽などを使った運<br>動を通して、運動の楽しさを学びます。 |
| 講 師  | 林 建人さん                                          |
| 参加費  | 200円                                            |
| 準備物  | シューズ、飲み物、タオル(動きやすい服装で)                          |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                  |

## フラワーアレンジメント



|      |                                                        |
|------|--------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月9日(金)                                               |
| 時 間  | 午前10時～正午                                               |
| 場 所  | 町生涯学習センター 中会議室                                         |
| 定 員  | 10人(先着順)                                               |
| 内 容  | 秋の花々を使って、季節を感じる素敵なフラワーアレン<br>ジメントを作ってみませんか。初心者の人でも大歓迎！ |
| 講 師  | 吉岡 裕子さん                                                |
| 参加費  | 500円(材料代として1,500円)                                     |
| 準備物  | はさみ                                                    |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                         |

## 英語の絵本を読もう3



|      |                                                          |
|------|----------------------------------------------------------|
| 開講日  | 10月29日、11月5日、12日、19日<br>(木曜日：全4回)                        |
| 時 間  | 午後6時30分～8時                                               |
| 場 所  | 町生涯学習センター 研修室                                            |
| 定 員  | 8人(先着順)                                                  |
| 内 容  | 英語の本を読むことで、フレーズを覚えたり異国の文化も<br>楽しく学べます。絵本の世界で英語に触れてみませんか。 |
| 講 師  | 小西 悦子さん                                                  |
| 参加費  | 500円                                                     |
| 準備物  | 筆記用具、辞書(持っている人)                                          |
| 申込期間 | 9月8日(火)～15日(火)                                           |