

☆市立公民館の各種講座・行事はホームページからも確認することができます。

<http://www.city.shimabara.lg.jp/section/kominkan/index.html>

カラーセラピー講座

～好きな色を見て心地よく感じること カラーセラピー効果～

- と き 8月25日(水)・9月1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)
(全5回) 13時30分から15時30分まで
※できるだけ全部受講してください
- ところ 三会公民館
- 内 容 色と感覚を使って「今のあなた自身」、身体の状態・心の内面を見つめ、そのカラーの持つ心理効果を利用しながら、心と身体のバランスを整えたり、癒したりします
- 定 員 20人
- 受講料 700円(1回)
- 講 師 山石 みほこ 先生
- 申し込み・問い合わせ先 三会公民館



公民館 こうざ じょうほう

公民館では各種講座を行っています
あなたも参加してみませんか

- ◆有明公民館 (☎68-1101)
- ◆三会公民館 (☎62-4505)
- ◆杉谷公民館 (☎63-2231)
- ◆森岳公民館 (☎63-2242)
- ◆霊丘公民館 (☎64-2023)
- ◆白山公民館 (☎63-2221)
- ◆安中公民館 (☎63-2253)

市民参加「ドラマ・リーディング講座」 (シェークスピア編②)

台本を手にしたまま行うドラマ・リーディングは、さながら役者のように読みあって表現し、物語を経験する講座です。経験などは問いません。

- と き 8月20日(金)・25日(水)・27日(金)・31日(火)・9月3日(金) (全5回)
19時30分から
- ところ 森岳公民館
- 参加費 840円(テキスト代)
- テキスト 「マクベス」(シェークスピア作)
- 講 師 内嶋 善之助
- 申し込み・問い合わせ先 森岳公民館



しまばら利き水の会「水しらず」

湧水あふれるジオパーク島原の水をもっとよく知るために、利き水の会(サークル)を発足します。2年後のジオパーク世界大会に向けて2ヶ月に1回集まり、利き水だけでなく、同じ食材を水を替えて調理し、食べ比べも行います。個人でも親子でも気軽に参加してください。

- と き 1回目 9月4日(土) 10時から
- ところ 森岳公民館
- 会 費 月額500円(子どもは無料)
- 内 容 湧水の飲み比べ、水を替えて作った寒ざらしの食べ比べ
- 調理指導 島原市食生活改善推進員協議会
- 申し込み・問い合わせ先 森岳公民館



島原藩日記を販売しています

江戸時代の島原藩の出来事を記した「島原藩日記」。当時の島原藩の出来事を知ることができる貴重な史料です。ご希望の方は、次によりお求めください。

- 販売場所
島原図書館2階 松平文庫
(火曜から土曜まで 10時から17時まで)
- 販売価格
「島原藩日記(巻一)寛文・延宝」
1,680円
「島原藩日記(巻二)天和」
1,890円
- 問い合わせ先 松平文庫 (☎64-4117)



美味しいコーヒーの入れ方 (ホット・アイス・ウィンナーコーヒー)

ちょっとしたコツで、いつものコーヒーが美味しく入ります。

- と き 8月24日(火)
13時30分から
15時30分まで
- ところ 三会公民館
- 受講料 300円(お菓子付)
- 申し込み・問い合わせ先 三会公民館

