

つどう喜び 学ぶ楽しさ そして夢の実現
谷山北公民館だより 令和7年度11月

発行：鹿児島市谷山北公民館

住所：鹿児島市中山町1246-1

電話：099-269-6391

FAX：099-269-6392

「地域公民館の
公民館だより」
二次元コード→



後期講座が始まりました

10月6日(月)の「気軽に楽しくリズム体操」を皮切りに、後期講座が始まりました。

後期講座は定員319名に対し、566名の応募があり、応募率の平均は177.4%(昨年度179.6%)でした。この結果に、皆様の「学びへの意欲の高さ」や「学びへの思いの強さ」を職員一同ひしひしと感じています。

多くの方々に御応募いただき、誠にありがとうございました。谷山北公民館では、今後も公民館講座の充実に努めてまいります。

谷山北公民館後期講座応募率ベスト5

	講座名	応募率
1位	家庭でできる楽しいパンづくり(後期)	413%
2位	便利に！楽しく！スマホアプリ講座	342%
3位	がんばらずに姿勢と体調改善「楽ゆるヨガ」	288%
4位	プロに学ぶ料理教室(和食)	275%
5位	生活に役立つ書道入門 シニア生き生き元気塾	175%

※「シニア生き生き元気塾」は、明るく健康なシニアライフを送るために必要な健康維持に役立つ知識を得たり、簡単な体操やニュースポーツ・脳トレ等を通して心と体と脳を元気づけさせる方法を学んだりする講座です。



下記の期日の時間帯は、行事のため駐車場が満車になることから、谷山北公民館の図書室・視聴覚室・健康づくり学習室・ふれあいコーナー(学習スペース)等には利用できません。御迷惑をおかけいたしますが、何卒御了承ください。

<利用できない期日と時間帯> 11月13日(木)8:30~12:00
11月16日(日)8:30~13:00

「子育ては親育て ～関係性の質を上げて無限の可能性を引き出そう～」 谷山北地域家庭教育研修会を開催

10月10日(金)に、管内の幼稚園・保育園・小中学校の保護者等を対象とした谷山北地域家庭教育研修会を開催しました。

講師として、白澤香苗先生(一般社団法人EGAO plus 笑顔講師)にお越しいただき、「子育ては親育て ～関係性の質を上げて無限の可能性を引き出そう～」を演題に御講演いただきました。



白澤先生は、母親としての御自身の体験談やプロアスリートの取組等を交えながら、笑顔を通した心の持ち方についてお話されました。参加者の気持ちに寄り添った先生の語り口に、会場全体が引き込まれていきました。また、白澤先生が最後に伝えられた『「心配」を『信頼』に変えて、子どもの未来を信じてあげよう』という言葉に、目を潤ませながらうなずく参加者の姿がとても印象的でした。

白澤先生、御多用の折に貴重な御講演をいただき、誠にありがとうございました。

自主学習グループ紹介 心身共に健やかに 「Let'S ヨガ」

現在21名の会員で、第2・4金曜日(13:30～15:30)に活動しています。

講師の富永先生の温かいご指導のもと、楽しくヨガに勤しんでおります。

体の不調の緩和、柔軟性と筋力の向上など、ヨガの効果は多岐にわたります。

ヨガ初心者の方でも、是非、見学や体験にお越しください。



11月の主な行事予定

12月の主な行事予定

○ 毎週水曜日 10:30～11:00 きたぼっぼおはなしのじかん(乳幼児と保護者対象)
※ 予約不要です。お気軽にお越しください。

5日(水)	文化祭運営担当者会(夜間)	4日(木)	文化祭第2回実行委員会
7日(金)	文化祭展示発表会場準備(午前) 文化祭展示発表作品搬入(午後)	5日(金)	自主学習グループ年末ボランティア清掃
8日(土)	文化祭展示発表(～16日)	12日(金)	健康づくり学習室講習会(14:00～15:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。
13日(木)	人権問題研修会(午前:体育館)	20日(土)	土曜おはなしの時間
14日(金)	健康づくり学習室講習会(14:00～15:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。	12月29日(月)～1月3日(土) は、年末・年始の休館期間となります。	
16日(日)	文化祭ステージ発表(午前:体育館) 文化祭片付け		
28日(金)	健康づくり学習室講習会(18:00～19:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。		