



# 貯筋体操【拡大版】

ささえりああさひばさんのご協力のもと、今年も体力測定を行います!!ぜひご参加ください。

- 【とき】8月1日(土) 午前10時~11時30分
- 【ところ】秋津公民館 ホール
- 【対象】どなたでも 30人
- 【費用】無料
- 【持参物】タオル、飲み物
- 【申込】7月18日(土)から先着 (電話・窓口)



# スマホお悩み相談室

スマホ操作に困っていませんか?ナイストライに来ている中学生が分かる範囲でお手伝いします。

- 【とき】7月9日(木) 午前10時~11時30分 ※講師は中学生
- 【ところ】秋津公民館 ロビー
- 【対象】どなたでも 6人
- 【費用】無料
- 【申込】6月23日(火)から先着 【電話・窓口】



# 琉球國祭り太鼓 エイサー演舞

今年沖縄の伝統芸能であるエイサーをベースに、空手の型や現代的なポップス音楽を取り入れた「琉球國祭り太鼓」さんの演舞です。

- 【とき】8月2日(日) 午前10時~11時30分
- ※午前10時30分まではミニ発表会
- 【ところ】秋津公民館 ホール
- 【対象】どなたでも 60人
- 【費用】無料
- 【演奏】琉球國祭り太鼓 熊本支部さん
- 【申込】7月10日(金)から先着【電話・窓口】



## じんけんコラム ホツと♡スペース

ひとにやさしい、じぶんによさしい  
あたたかい話題をとどけます!

### ラフミン人権啓発作品 募集中



左の絵手紙は、令和7年度ラフミン人権啓発作品募集において最優秀賞に輝いた作品です。あたたかさを感じる絵手紙ですね。

7月1日から「ラフミン人権啓発作品」を募集しています。人権についての理解と認識を深め、人権尊重の意識を高めることを目的に、熊本市人権啓発市民協議会と熊本市、熊本市教育委員会が主催しているものです。

人権に関する作品は多くの人たちの心を動かし、人権を大切にしようとする意識は高まります。

また、作品を自ら制作してみることで、人権についてより深く考える機会となり、自身の人権感覚を高めることにつながります。そして、みなさんの作品に多くの方が触れることで、ひとりひとり人権について考えるきっかけへとつながっていくのです。

この機会に、みなさんも作品を応募してみたいはいかがでしょうか?



↑作品応募の詳細はこちらから! (熊本市ホームページ) チラシは公民館などの公共施設に配置してあります。

## ◆図書室からのお知らせ◆ ~新着案内~



タイトル(一般書)	著者	タイトル(児童書)	かいたひと
「老い」に負けない食事術 あなたの 中でいつの間にか進んでいる	松藤 千弥	パンダのおさじとぱんだっこ ちゃん	柴田 ケイコ
伝説の家政婦沸騰ワード10 殿堂入りレシピ	タサン志麻	新ざんねんないきもの事典 昔のざんねん、今のざんねん	今泉 忠明
おつまみ薬膳 毎日続けられる 「晩酌」&「簡単副菜」 薬膳レシピ104	大竹 宗久	ねずみくんの花ことば	上野 紀子
月夜行路Returns	秋吉 理香子	アンパンマンとぶんぶんぶん	やなせ たかし
君の不在の夜を歩く	窪 美澄	がっこうのおばけずかん おばけじゅぎょうさんかん	斉藤 洋
謎の香りはパン屋から 2	土屋 うさぎ	つかめ! 理科ダマン 11 みんながロボットに夢中! 編	シン テフン

★初めて図書室の本を借りられる方は、身分証明書をお持ちください。土・日・祝は開室しています。

### ◆講座申し込み方法◆

- ①往復はがき
  - ②窓口(返信用はがき持参)
  - ③インターネット・HP  
(公民館ホームページ・主催講座情報より)
- ※ご受講に際し、配慮が必要な場合やご質問などは、  
公民館へお電話ください。  
秋津公民館 ☎096-365-5750

### ★往復はがきの書き方★

(往信)表	(往信)裏	(返信)表	(返信)裏
〒861-2104 熊本市東区秋津 3丁目15-1 秋津公民館 行	①講座名 ②住所・氏名 ③電話番号 ④年代(学年) ⑤お住まいの 小学校区 ⑥SNSへの 掲載の有無	〒 郵便番号  申込者住所 〇〇 〇〇 様	



※毎週火曜日は「使用済みたぐら油」「乾燥生ごみ」の拠点回収日です。7月は7日、14日、21日、28日です。