

知ってほしい！里親制度

さまざまな事情により家庭で暮らすことが難しいこどもたちが、安心して成長できるよう支える仕組みが「里親制度」です。里親の種類や要件など、里親制度についてパネルで紹介します。

どうぞお気軽にご覧ください。

【期間】9月2日(水)～9月30日(水)

【会場】託麻公民館 ロビー(北側)

☆主催講座等情報☆

申込方法は裏面をご覧ください。

①1時間で分かる、放射線と放射能

ニュースでよく聞く放射線と放射能について、基礎から分かりやすく学べる講演会です。

正しい知識を身につけ、疑問や不安の解消につなげてみませんか。

【日時】11月7日(土) 午前10時～11時半

【場所】託麻公民館 ホール

【講師】大塚 徳勝 さん

【対象】どなたでも 50人

【申込】10月23日(金)まで

②リラックスヨガ(全4回)

深い呼吸と無理のない動きで、心と体のバランスを整えます。穏やかな時間の中で、日頃の疲れやストレスをリセットしてみませんか。

初心者も大歓迎です。

【日時】10月22日、11月5日、19日、12月3日

(全て木曜) 午後7時～8時半

【場所】託麻公民館 ホール

【講師】星子 ひとみ さん

【対象】どなたでも 15人

【準備】ヨガマット、タオル、飲み物

【申込】10月7日(水)まで

③宇野千代という生き方

秋から始まるドラマのモデルとなった宇野千代さんの波乱に満ちた人生や作品、前向きな生き方の魅力について学びます。宇野千代さんの言葉に触れながら自分らしい人生について考えてみませんか。

【日時】10月31日(土) 午前10時～11時半

【場所】託麻公民館 ホール

【講師】林 一子 さん

【対象】どなたでも 50人

【申込】10月16日(金)まで

④ドラマティック朗読(全3回)

演劇の要素を取り入れながら、声や表情、間の取り方などを工夫し、物語をより魅力的に表現する方法を学びます。読む楽しさと演じる面白さを味わってみませんか。

【日時】10月30日、11月13日、27日(全て金曜)

午前10時～12時

【場所】託麻公民館 ホール

【講師】江崎 はんな さん

【対象】どなたでも 10人

【申込】10月15日(木)まで

⑤今から考える相続対策

相続の基礎知識や事前の備えについて分かりやすく学びます。元気な今だからこそ、将来や家族のために相続について考えてみませんか。

【日時】10月29日(木) 午前10時～11時半

【場所】託麻公民館 C会議室

【講師】三井住友信託銀行 熊本支店

富田 佐知子 さん

【対象】どなたでも 28人

【申込】10月14日(水)まで

⑥おはなしの部屋 申込不要！

おはなしボランティアグループ「たくま読書とおはなしの部屋」の皆さんによるお話会です。

おはなしボランティアさんの募集もしています！興味のある方もぜひいらしてください。

【日時】9月12日(土) 午後2時～2時45分

【場所】託麻公民館 和室

【対象】幼児と保護者、小学生

⑦総務省行政相談員 申込不要！

暮らしの行政なんでも相談

福祉、子育て、税金、戸籍等なんでもご相談を！

【日時】9月8日(火) 午前10時～12時

【場所】託麻公民館 B会議室

9月の公民館サポーターは
ありません。

次回は10月22日(木)です。

☆9月の休館日☆ 7日(月)、14日(月)、24日(木)、28日(月)

* 第3木曜日9月17日は、図書整理日のため、図書室はご利用いただけません。

* 避難所開設時は、臨時休館となります。

講座申込方法

①インターネット

公民館HPの主催講座
情報をご覧ください。



②窓口

返信用はがき1人1枚を持参

③往復ハガキ (右参照)

下記のように必要事項をご記入の上、郵送してください。(締切日必着)

861-8038	空白	希望の講座名
85 往信	85 返信	②お名前
東区長嶺東7の11の15 託麻公民館 行	あなたのご住所	③ご住所
	あなたのお名前	④お住まいの小学校区
		⑤電話番号
		⑥年齢(年代)

※応募数が定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。

※受講に際し、ご質問や公民館で配慮が必要なおある場合は遠慮なくご相談ください。

図書室からのお知らせ

※図書室への直通電話はございません。

OPEN...9:30~17:00

新 着 図 書

◇ 一 般 書 ◇

保育園児のためのうちモンテッソーリ	神成 美輝
人生のリフォームとき	内山 純
ぼけていく私	佐藤 愛子
転居怪談	川奈 まり子
発酵ライフ	しょうけん

☆ 児 童 書 ☆

とどけ! ニモツくん	ミノオカ リョウスケ
ナイチンゲールの風が吹く	田中 ひかる
くさむらゆうびんきょく	伊藤 夏紀
ちゅうらうみのオキちゃん	しもかわら ゆみ
たぬきどんとみんみ	おかざき あんこ

9月の休室日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

※毎週月曜は休館日です。

(月曜が祝日なら翌日休館)

※毎月第3木曜は、図書整理日のため休室します。

※避難所開設時は、臨時休室となります。

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!



自殺予防週間 ~思いやりの心で~

9月10日から16日は「自殺予防週間」です。

私たちのまわりにも、毎日の生活の中で、悩みや不安を一人で抱えている人がいるかもしれません。心のつらさは、外からは見えにくいものです。本人は「大丈夫」と言っている、本当は助けを求めているかもしれません。

私たちにできることは、むずかしいことではありません。思いやりの心で、身近な人の様子を気にかけることから始まります。家族や友人、近所の人などの様子が、いつもと違うと感じたら、「最近どう?」「無理していない?」と声をかけてみましょう。その一言で、相手の心を少し軽くすることができるでしょう。また、話を聞くときは、すぐに励ましたり、答えを出そうとしたりしなくても大丈夫です。まずは、相手の気持ちを受け止め、そばにただいてよいのです。

つらい気持ちを抱えている人も、一人でがまんする必要はありません。家族や友人、学校、職場、相談窓口など、話せる場所があります。助けを求めることは、恥ずかしいことではありません。自分を大切にするための大事な一歩なのです。

この機会に、身近な人を思いやる気持ちを大切に、誰もが安心して暮らせる社会について、あらためて考えてみませんか。

LINE 配信

熊本市
LINE
登録を
お願い
します!

講座、
避難所
などの
情報が
すぐに
わかり
ます。

