

公民館講座 参加者募集

マスクを着用の上、ご参加ください。※新型コロナウイルスの感染状況によっては中止する場合があります。

【共通事項】 ①市民または市内勤務の人 ②電話または窓口で申し込んでください。

ココロとからだのアロマテラピー講座

エッセンシャルオイルの種類や活用方法などを学び、石膏でアロマディフューザーを作ります。

●講師…津山 順子氏
(JMAAメディカルアロマアドバイザー)

●持参品…筆記用具

☎3月4日(土)
午後1時30分～3時30分

☎布津公民館

定10人(先着順)

料300円(材料費)

☎2月24日(金)

☎布津公民館 ☎73-6726



Let's! 英会話

日常生活で起きる簡単なことを題材にしながら、講師と楽しく英会話を学びましょう。

●講師…市内ALT
●持参品…筆記用具

☎2月20日、27日
計2回(月曜日)

午後7時30分～9時

☎原城オアシスセンター

定15人(先着順)

料無料

☎2月13日(月)

☎原城オアシスセンター ☎73-6766



遊書教室

楽しく遊書の書き方を習いましょう。

●講師…永石 麻衣子氏
●持参品…筆ペン
習字道具(持参可能な人)

☎2月21日、28日
計2回(火曜日)

午後7時30分～9時

☎西有家総合学習センターカムス

定15人(申込多数の場合は抽選)

料無料

☎2月10日(金)

☎西有家総合学習センターカムス ☎73-6746



日本伝統芸能 雅楽講座

日本の古典芸能である雅楽について学び、本物の雅楽器とその音色に触れてみましょう。

●講師…大仁田 実彦氏

☎2月24日、
3月10日、24日

計3回(金曜日)
午後7時30分～9時

☎北有馬ピロティ文化センター日野江

定10人(申込多数の場合は抽選) 料無料

☎2月13日(月)

☎北有馬ピロティ文化センター日野江 ☎73-6754



国際交流員エマのイタリア語講座

「Di Nuovo(もう一回!)」

イタリア語で「Repetita iuvant(学んだことを繰り返し復習するのはいいことだ)」という言葉があります!

去年触れたイタリア語文法を練習とゲームを通して、実際に生かしてみよう。さあ、一緒にイタリア語を楽しみながら学びませんか?



回	日程	時間	テーマ
1	3月2日(木)	午後7時30分～9時	名詞と定冠詞
2	3月9日(木)		数字
3	3月16日(木)		形容詞
4	3月23日(木)		動詞
5	3月30日(木)		全体復習

☎西有家総合学習センターカムス 定20人(先着順)

料無料 ①市民 ☎2月22日(水)

②地域づくり課に電話または必要事項(氏名、住所、電話番号、参加を希望する講座)を記載の上、FAX、Eメールで申し込んでください。

☎地域づくり課(西有家庁舎)

☎73-6631 FAX82-3086

Eメール: cirminamishimabara@gmail.com

島原手延そうめんを食べよう 簡単お手軽レシピ 鯉薫るカツ(勝つ)玉そうめん



今回は、「鯉薫るカツ(勝つ)玉そうめん」のレシピを紹介します。受験シーズン到来です。「カツ(勝つ)玉そうめん」を食べてゲン担ぎはいかがでしょう。ぜひ、お試しください。

材料 (2人分)
 ●島原手延そうめん…2束 ●刻み葱……………適量
 ●カツオ節……………9g ●醤油……………適量
 ●卵黄……………2個

作り方
 ①茹でたそうめんを冷水で冷やし、しっかり水分を取ります。
 ②そうめんを器に盛り、カツオ節、卵黄、刻み葱を乗せ、醤油をかけて完成です。

※醤油をめんつゆに変えても美味しいです。



教えて! 国民年金 付加年金制度について

付加年金制度は、国民年金保険料に加えて付加保険料(400円/月)を納めることにより、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされる制度です。

付加保険料を納めるためには市役所または年金事務所で手続きが必要で、申し込みをした月分から付加保険料を納めることになります。

なお、国民年金基金に加入している人や免除申請をしている人は付加保険料を納めることができません。



日本年金機構HP

☎日本年金機構 諫早年金事務所 ☎0957-25-1662

南島原市 健康づくり課(南有馬庁舎) ☎73-6641 または 各支所

日本年金機構

検索

広告

私たちと一緒に働きませんか。 従業員を募集しています!

安全な食べ物を長崎の大地から

正社員募集

- 職種…農産物の出荷調整
- 応募…履歴書を提出してください。(郵送可)。
- ※詳細面談

季節パートおよびアルバイト募集

- 職種…農産物の箱詰め、パック作業等
- 応募…電話連絡ください。
- ※詳細面談

農事組合法人ながさき南部生産組合

〒859-2305 南島原市北有馬町成2465-1

お問い合わせ ☎0957-84-3393

