

愛宕地区コミュニティセンターだより

令和8年8月号(7月24日発行)

愛宕地区コミュニティセンター

佐世保市赤崎町596-26

☎28-7822 Fax28-7825

梅雨が明けて本格的な暑さがやってきます。
熱中症に注意していきましょう。
子供たちは楽しい夏休みがやってきました。
各町内会での見守りをお願いします。

健康講座を開催しました

講座報告

7/9

(木)

『寝たきりにならないために 知っておきたいこと』

講師

社会医療法人財団 白十字会
会長 富永雅也 先生

いつまでも元気に、
自分らしく!!



講座のポイント

- ✓ 寝たきりの原因やリスクについて
わかりやすく学びました。
- ✓ 生活習慣や運動、栄養の大切さなど、
今日からできる予防のヒントが
たくさんありました。
- ✓ 地域で支え合い、元気に過ごす
ための大切な時間となりました。



たくさんの方々にご参加いただき
ありがとうございました!



地域でみなさまの健康を
支えていきましょう!!

みんなで作ろう! 手作り みそ教室

自分で作るおみそは、格別のおいしさ
おうちで育てる楽しみも一緒に♡

開催日

9月4日(金)
13:30~



はじめての方も
大歓迎!
楽しく作りましょう♪



場所 愛宕地区コミュニティセンター
調理室

参加費 合わせみそ 5kg

¥3,900

定員 12名(先着順)

申込み 8月24日(月)までに
お電話または窓口にてお申込みください。

※定員になり次第、締め切らせていただきます。



作ったおみそはお持ち帰りいただき、
ご自宅で熟成させます。



ご参加
お待ちしております

申込み・お問い合わせ

愛宕地区コミュニティセンター
☎ 28-7822

健康講座

睡眠の 大切さ

ぐっすり
眠って
毎日を元気に!



日時

9月18日(金)
13:30~15:00



講師

作業療法士 中野 聖也 先生



持参品 筆記用具



定員 20名

こんなお悩みありませんか?

夏の疲れ・体のおもだるさ・
肩こり・眼精疲労など



睡眠を改善してみませんか

申込み・お問い合わせ

愛宕地区コミュニティセンター ☎ 28-7822

愛宕地区自治協議会 防犯環境部主催

二セ電話詐欺対策・防止 講演会

参加
無料

～最近急増している詐欺の手口を学び、被害を防ぎましょう～

日時 9月12日(土) 10時30分～

会場 愛宕地区コミュニティセンター 2F 多目的室

定員 40名

講師 佐世保警察署 生活安全課

詐欺の手口を知って
被害を防ぎましょう!

⚠️ こんな詐欺が急増しています! 一人で判断せず、家族や警察に相談を! ⚠️

被害にあわないためのポイント

知らない番号からの
電話には出ない!



お金の話が出たら
一度立ち止まる!



電話を切って
家族や警察に相談!



個人情報や暗証番号は
絶対に教えない!



不審なメール・SMSは
開かない・返信しない!



申込み・お問い合わせ 愛宕地区自治協議会 ☎090-8915-6615
愛宕地区コミュニティセンター ☎28-7822



令和8年7月1日

赤崎青い実幼稚園

子供たちからの

手作りのかawaii七夕飾りを
いただきました!



子供たちの笑顔とともに届けていただく
かawaii七夕飾りを毎年楽しみにしております。
子供たちの願い事が叶いますように♡



消防局からのお知らせです。

1 救急の日について

毎年9月9日を含む1週間を「救急医療週間」と定め、救急医療や救急業務に対する正しい理解と知識を深めていただく期間としています。

◎ 救急の日イベント

① 日時 令和8年9月6日(日)
10時00分～12時00分(予定)
場所 佐世保五番街(新港町2-1)

② 日時 令和8年9月12日(土)
10時00分～12時00分(予定)
場所 東消防署(広田1丁目12-20)

③ 日時 令和8年9月5(土)～6日(日)
10時00分～12時00分(予定)
場所 西消防署(川下町621)

内容については応急手当や防火衣体験、車両展示などを予定していますが雨天の場合内容が変更となる可能性があります。



2 お盆の火の用心と、夏の車両火災にご注意を!

- ・ろうそくなどの火気使用中は、目を離さず消し忘れに注意しましょう。
- ・ろうそくや線香のまわりに、燃えやすいものは置かないようにしましょう。
- ・モバイルバッテリーやスプレー缶、ライターなどは、高温になる車内に放置すると発火・爆発のおそれがあります。車内に置きっぱなしにしないよう注意しましょう。

