

# 中部地区 コミセンだより

令和8年4月号 (4月20日発行)

【発行】中部地区コミュニティセンター

佐世保市光月町6-17 ☎25-2360

E-mail: chuubucom@city.sasebo.lg.jp

校区名	男	女	計	世帯数
小佐世保	2,142	2,419	4,561	2,481
旧戸尾	1,326	1,629	2,955	1,840
旧光園	2,182	2,592	4,774	2,920
山手	2,179	2,623	4,802	2,629
計	7,829	9,263	17,092	9,870
前月比増減	△3	15	12	129

## 主催講座のお知らせ

### 植物のちからをいただいてドクダミチンキづくり

【日時】6月2日(火) 10:00~12:00

【場所】中部地区コミュニティセンター 講座室

【講師】山口 末実 さん

【材料費】600円 【持ち物】はさみ

【定員】15名 (申込み多数の場合は抽選)



申込期間

5/1(金)~5/15(金)

日本の三大薬草の一つドクダミ。民間薬として江戸時代から愛されてきました。独特の香りとやっかいな雑草としてあまり良いイメージがありませんが、ドクダミの魅力を知らないだけかもしれません。

多くの薬効を持つことから別名「十薬」と呼ばれるドクダミについて、今、改めて学んでみましょう。

### バランスコーディネーション

【日時】6月16日(火) 10:00~11:30

【場所】中部地区コミュニティセンター 講座室

【講師】福田 美和 さん

【定員】20名 【持ち物】飲み物、タオル



バランスコーディネーションとは、筋肉や骨格、自立神経のバランスを整えることができるプログラムです。ストレッチ、筋力トレーニング、関節ほぐしなどを組み合わせて行うことで、日常生活を楽に行うことができるように体の機能改善をしていきます。

簡単に誰でもできる動きが中心です。お気軽にご参加ください。



【お申込み・お問合せ】

左記のメールフォームから申込むか、25-2360 までお電話でお申込みください。



## 中部地区コミュニティセンター 図書コーナーのご紹介

中部地区コミュニティセンターには、児童書から一般書まで506冊の本を置いています。  
本は3冊まで2週間（新刊は1週間）借りることができます。  
新刊を中心に定期的に購入しています。是非、覗いてみませんか？



### 本の借り方

- ①借りたい本を事務所カウンターまで持って行きます。
  - ②カウンターに置いている利用票を記入します。
  - ③返却期限が記載された貸出票と本を受け取ります。
- ※返却期限内に返却をお願いします。



※ 図書コーナーのご利用可能時間は平日の9:00～17:00です

## 職員異動のご挨拶

### 新任のご挨拶

4月1日付けの人事異動で農業委員会事務局より中部地区コミュニティセンターへ参りました。

市民生活部での勤務は初めてとなりますので、皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、皆様の活動をしっかりサポートできるよう努めてまいりますので、ご指導、ご支援を賜りますよう宜しくお願いします。

さて、中部地区コミュニティセンターは地域に暮らす皆様が「学び」「集い」「つながる」場として、世代や立場を超えた交流の拠点となることを目指して活動しております。本年度も、地区自治協議会の皆様とも連携しながら、子どもから高齢の方まで幅広い皆様にご参加いただける講座やイベント等を開催いたしますので、足をお運び頂ければと思います。私たちの活動が、新たな学びや出会いのきっかけとなれば幸いです。

最後になりましたが、中部地区の皆様のご健勝、ご多幸、ご活躍を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。

新センター長 有富 暢一

### 退任のご挨拶

このたび、人事異動により、3月末日をもちまして退任いたしました。

これまで様々な事業、イベントで中部地区の皆様方には大変お世話になりましたこと、改めて感謝申し上げます。

やり残したことも多々ございますが、言い出せばきりがなくと自身に言い聞かせて後任に託したいと思います。

皆様方におかれましては健康に留意の上、益々のご活躍を祈念申し上げ退任のご挨拶といたします。

旧センター長 佐々木 謙一