

# 中部地区 コミセンだより

令和8年3月号 (2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

中部地区管内校区別人口及び世帯数 (R8.1.31)

校区名	男	女	計	世帯数
小佐世保	2,175	2,461	4,636	2,513
旧戸尾	1,359	1,662	3,021	1,865
旧光園	2,107	2,494	4,601	2,739
山手	2,203	2,632	4,835	2,624
計	7,844	9,249	17,093	9,741
前月比増減	△3	△14	△17	△20

4月の中部地区コミュニティセンター  
主催講座のお知らせ

—これだけは知っておきたい—

## 介護保険制度

日時

4月14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

ジブラルタ生命保険株式会社  
ジブラルタ生命認定セミナーインストラクター  
井 和美 さん

公的介護保険の仕組みや給付内容、介護の現状と今後について学びます。  
いまのうちにしっかりと介護について理解しておきましょう。



【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 までお申込みください。

※この講座は、公正中立な立場から情報を提供していただくものです。講座中に個別商品のご案内やセールスはございません。

### 【主な内容】

#### ○介護の現状

- ・要介護になる不安
- ・介護保険サービスの体系
- ・介護に掛かるお金

#### ○公的介護制度の内容

- ・平均寿命と健康寿命
- ・年齢や男女別にみると…
- ・認知症介護のたいへんさ

#### ○考えておくこと

- ・もし、介護が必要な状態になったら
- ・それぞれの思い(心の葛藤)
- ・リスクへの対応法

主催講座のお知らせ

申

込

受

付

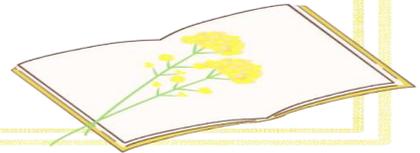
中



## 新しい本が入りました

- ・時の家
- ・叫び
- ・カフェーの帰り道
- ・彼の左手は蛇
- ・成瀬は都を駆け抜ける
- ・ブレイクショットの軌跡

烏山 まこと  
 畠山 丑雄  
 嶋津 輝  
 中村 文則  
 宮島 未奈  
 逢坂 冬馬



## 主催講座報告



### 植物の力をいただいて びわの葉エキス作り(1/23)



大寒の頃のびわの葉は青々として肉厚で薬効が高いといわれています。そこで、大寒頃に摘み取った枇杷の葉を利用して、びわの葉エキス作りを実施しました。

先生が作ってこられたびわ茶を飲み、びわの葉エキス作りの後、利用法や効能について教えていただきました。入浴剤として、湿布として、また、殺菌作用があるためうがい薬としてなど様々な利用法があることを学びました。

6月には「どくだみ」の薬草講座を開催予定です。受講申込み者多数の場合は抽選とはなりますが、多くの皆様の受講申し込みをお待ちしています。