

# 中部地区

## コミセンだより

令和8年1月号 (12月19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	2,189	2,470	4,659	2,530
旧戸尾	1,349	1,653	3,002	1,859
旧光園	2,111	2,498	4,609	2,741
山手	2,200	2,648	4,848	2,640
計	7,849	9,269	17,118	9,770
前月比増減	4	△3	1	9



## 謹んで新年のお慶びを申し上げます

皆様におかれましては、健やかに新年を迎えたこととお慶び申し上げます。

本年も職員一同、皆様が安心してコミュニティセンターを利用していただけるよう、努めて参ります。

昨年同様、ご協力をよろしくお願ひいたします。

皆さまのご健康とご多幸をお祈りしまして新年のご挨拶とさせていただきます。

中部地区コミュニティセンター職員一同

## 主催講座のお知らせ

### 植物の力をいただいてびわの葉エキスづくり

日 時	1月 23日 (金) 10:00~11:30
場 所	中部地区コミュニティセンター 講座室
定 員	15名 材料費 500円
講 師	山口末実 さん
持 参 品	キッチンバサミ、よごれてもいい服装
※申込み多数の場合は、抽選させていただきます	



申込み締切  
1月 13日(火)

自然療法の“お手当法”的一つに使われる「びわの葉エキス」

ケガ・やけど・虫刺され・体の痛みなどの困った炎症を抑えたい時に欠かせない家庭のおくすりです。

びわの葉エキスを皆さんで作り、身近な植物の力を学んでみませんか?

#### 【申込み方法】



左記のメールフォームより申込むか 25-2360 までお申込みください。

# 東小佐世保町の配食サービスにおじゃました～♪



食事作りの様子



当日配付されたお弁当



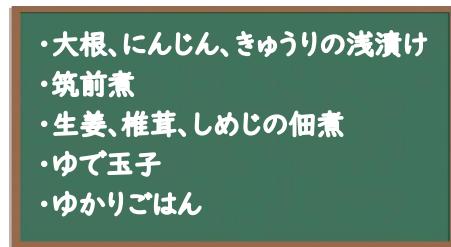
心のこもったひとことに  
折り紙を添えて



民生委員さんの手によっ  
て配達されます



食事作りボランティアの皆さん



## ☆menu☆

- ・大根、にんじん、きゅうりの浅漬け
- ・筑前煮
- ・生姜、椎茸、しめじの佃煮
- ・ゆで玉子
- ・ゆかりごはん

東小佐世保町の婦人部主催で行われている独居高齢者への配食サービスにおじゃました♪

当日は、朝の8時30分から7名で45食のお弁当を作りはじめ、11時前には、民生委員さんなどの手で配達されました。

この事業は、東小佐世保町で長年続けられており、現在、年7回開催されているとのこと。材料費は、社会福祉協議会からの1食260円の補助金と婦人部の活動費で賄われているそうです。

婦人部の皆さんの長年に渡る熱心な活動と心のこもったお弁当、折り紙に癒されたひとときでした。

## 主催講座報告

### 異文化理解講座～トッポギ作り～



佐世保市文化国際課 国際交流員 崔 守延さんによるトッポギ作りを行いました。トッポギを初めて食べる方や韓国料理が初めての方もおられ、韓国料理そのものに興味を示される方も多くおられました。

トッポギ餅以外は、身近にある食材でできることがわかり、家でも作って食べたいという声も多くありました。日本語が流暢な崔さんから学ぶトッポギ作り。韓国の食文化について学ぶ良い機会となりました。