

# 愛宕地区コミュニティセンターだより

令和7年8月号(7月23日発行)

行事予定(実施済も含む)

サマースクール

7/29 習字 7/30 絵画 7/31 絵画

介護食づくり 8/29 9/5

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 Fax 28-7825

## 夏休みの課題図書を購入しました

### 長崎県読書感想文コンクール

対象	書名	著者
低学年	たった2℃で… 地球の気温上昇がもたらす環境災害	文 キム・ファン 絵 チョン・ジンギョン
中学年	おばあちゃんのあかね色	作 楠 章子
高学年	みおちゃんも猫好きだよな?	作 神戸 遥真

### 全国読書感想文コンクール

対象	書名	著者
低学年	ワレワレはアマガエル	文 松橋 利光
高学年	ぼくの色、見つけた!	作 志津 栄子 絵 末山 りん

### 西日本読書感想文コンクール

対象	書名	著者
低学年	おふろ、はいる?	作 飯野 和好
中学年	『はやく』と『ゆっくり』	文 張 輝誠 訳 一青妙 絵 許 匡匡
高学年	ぼくのこころがうたいだす!	作 アンドレア・ベイティー 絵 テイヴィット・ロバーツ 訳 かとう りつこ

### 愛宕地区コミュニティセンター主催講座【手作りみそ】開催します

令和7年9月19日(金)13時30分～15時00分 講師 原 直美先生(原みそ店)

持ってくるもの:合わせみそ材料費3300円(大豆つぶしプラス100円)  
エプロン・マスク・三角巾・味噌樽

日本の伝統的な食文化として大切に守られてきた『みそ』を自分で作ってみませんか? 違う味、風味に仕上がりますよ。

材料の関係で申込締切日9月5日以降のキャンセルはできませんのでご了承ください。

お問合せ・お申込み:愛宕地区コミュニティセンター(☎ 28-7822)



## 毎日暑い日が続きます。熱中症に注意しましょう。

涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



水分・塩分補給



- 無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしましょう
- 室内でも温度を測りましょう
- 体調の悪いときは特に注意しましょう

## 《介護食づくり・いきいき元気食づくり教室》を開催します

噛みやすい飲み込みやすい食事の工夫や口腔ケアについて学習します。

対象者: 在宅高齢者の食事づくりに関わる方、今後のために介護食づくりを勉強したい方

愛宕地区コミュニティセンターでの開催日時 令和7年8月29日(金)、9月5日(金)10:00~12:30

10:00~10:40 講話

【1回目】介護食づくりのポイント(管理栄養士)

【2回目】口腔ケアについて(歯科衛生士)

10:40~12:30 調理実習と試食

【基礎編】普段の食事を軟らかく、飲み込みやすくした食事

【応用編】ミキサーなどを使用し、より滑らかにした食事

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・筆記用具・手ふき用タオル・水分補給用飲み物

注意事項 衛生的に調理を行うためにマスクの着用、指輪、時計、ネイル等ははずして御参加をお願いします。

申込方法 電話又は健康づくり課窓口へ ◎ 一週間前までにお申し込みください。

【お申込み・お問合せ】 佐世保市役所健康づくり課 ☎24-1111(内線5535)



## 赤崎小学校で風船バレー大会を開催しました

小学校の子どもたちと各町サロンのみなさんと交流を深めました。

子どもたちの明るい笑顔と、元気いっぱいのプレーに負けないようにサロンのみなさんも声をかけながら、風船を落とさないように、はつらつとプレーしました。

梅雨が明け、毎日暑い日が続きます。家族や地域みんなで熱中症に注意して暑い夏を乗りきりましょう。



## 消防署からのお知らせです

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認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7年9月6日(土)10:00から12:00

場所: 佐世保五番街(佐世保市新港町2-1)

内容: 応急手当体験、車両展示、防火衣着装体験を実施予定  
(雨天の場合は内容が変更になる可能性があります)



② 日時: 令和7年9月7日(日)10:00から12:00

場所: 東消防署(佐世保市広田1丁目15-20)

内容: 応急手当体験、放水体験、煙体験ハウス、防火衣体験、  
ペパークラフト、車両展示を実施予定

(雨天の場合は内容が変更になる可能性があります)

