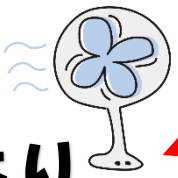
北地区自治協だより(32号)
コミュニティセンターだより



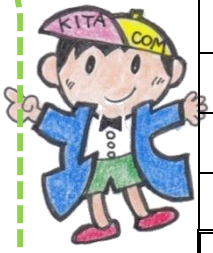
7月25日発行

8月号

真っ青な空に入道雲、日差しの凄さに夏本番を感じます。それに伴い、熱中症警戒アラートも連日発表中！

暑い日は外にいると喉の渇きを感じるので、飲み物を飲む頻度は多くなりますが、涼しい室内にいると水分補給を忘れがちです。

体感的には暑くなくても、気づかぬうちに隠れ脱水になっていることも。喉が渇く前からこまめに水分補給をしましょう！



きたコムちゃん

【北地区の町別世帯数と人口　R5.7.1 現在】

町　名	世帯数	人　口	男　性	女　性
横尾町	1,089	2,322	1,062	1,260
春日町	674	1,390	645	745
桜木町	835	1,687	776	911
赤木町	32	125	68	57
計	2,630	5,524	2,551	2,973

～令和５年度後期（R5.10.1～R6.3.31）～

☆定期利用団体の募集☆　説明会は8/２９（火）

★「継続」利用希望の団体

すでに定期利用されている団体・サークルさんには、後期申し込みの案内を配布いたしますので、手続きを宜しくお願い致します。変更事項等あれば、スタッフまでご相談ください。

★「新規」利用希望の団体

新しくサークル活動をしたい場合は、３名以上を団体とみなして利用することができ、半年の実績の後、定期利用の申し込みができます。新たに申請をしたい方、既存のサークルに参加したい方は、事務室スタッフまでお問い合わせください。お待ちしております。

ふれあい講座
夏休みファミリーコンサート♪

ヴァイオリンとチェロの美しい調べに癒されましょう♪

- 8/1（火）10：00～11：30
- 北地区ｺﾐｾﾝ　2F 講堂
- 講師　ｳﾞｧｲｵﾘﾆｽﾄ　岩永ゆりさま
  チェリスト　井上貴恵さま

☆ご家族みなさまでどうぞ！

☆定員　70名

どちらも参加料無料

〈親子 de ギター鑑賞会〉

- 8/１７（木）10:00～11:30
- 北地区ｺﾐｾﾝ　2F 講堂
- 講師　ｸﾗｼｯｸｷﾞﾀｰ教室「静奏（しずかな）」主宰
  上野裕介さま　上野涼子さま

☆小学生と保護者＋どなたでもどうぞ！

☆定員３０組＋α 大人の方だけでもOK！

まだまだ間に合う**サマースクール！追加募集！**

お申し込みは、北地区コミセン　☎25-6552

〈こども書道教室〉

- 8/3（木）10:00～12:00
- 北地区ｺﾐｾﾝ　工芸室
- 子供書道教室講師　山口紫雲さま

☆小学３～６年生　☆定員１０名

☆参加費　無料　☆準備：習字セット

〈親子 de クッキング教室〉

☆身体に優しい無添加パン作り

- 8/２１（月）10:00～12:00
- 北地区ｺﾐｾﾝ　料理実習室
- ShareCafé ORKA 松下真紀世さま

☆小学４～６年生と保護者　☆定員８組

☆参加費　８００円

☆準備：エプロン、三角巾、タオル

図書コーナーから新入荷のご案内です！

① 天国からの宅急便　柊サナカ
② 地平線を追いかけて満員電車を降りてみた　紀里谷和明
③ 小説の周辺　藤沢周平
④ デスゾーン栗城史多のエベレスト劇場　河野　啓
⑤ 宿根草のナチュラルガーデン　荻原　範雄
⑥ 夜に星を放つ　河崎　秋子
⑦ ネメシスの使者　中山　七里
⑧ いちいち気にしない心が手に入る本　内藤誼人
⑨ しろがねの葉　千早　茜
⑩ セピア色の回想録　赤川　次郎
⑪ 閃光スクランブル　加藤シゲアキ
⑫ この世の喜びよ　井戸川　射子
⑬ 荒地の家族　佐藤　厚志
⑭ 地図と拳　小川　哲
⑮ 川のほとりに立つ者は　寺地　はるな
⑯ ラブカは静かに弓を持つ　安壇　美緒
⑰ 成熟スイッチ　林　真理子
⑱ 今日はいい天気ですね　群　ようこ
⑲ 家康の本棚　大中　尚一
⑳ 魔女と過ごした七日間　東野　圭吾

新しく入荷した以外にもたくさんの本がありますので、貸し出しのご利用をお待ちしております♡

6/27　ふれあい講座♡開催報告

『100 歳まで元気に歩ける足になろう！』
～地に足をつけて立ち、大地を踏みしめて歩くための**足育教室**～を開催いたしました！

講師　達富富美先生（ハイジと薬箱）

【参加者の感想】

・普段、足や歩くことを気にしていなかったのですが、生きていくためにとても大切なことを教えていただきました。勉強になりました。有難うございました。（40 代・女性）

・足に意識が無かったと思いました。良い勉強になりました。（７０代・男性）

・３ステップ歩行は、足の裏がマッサージされたかのような効果を感じました。歩くときは気にして歩いてみます。（５０代・女性）

・簡単な運動で、三日坊主の私でも続けられそうでした。１００歳まで元気に歩けるように足を育てます。（50 代・女性）

・足と向き合うことが出来た。（２０代・男性）

～定員を大幅に超えた参加者の方々は、「足を育て健康に導く」貴重な講座に大満足でした。

北地区自治協議会より

北地区レクレーション大会開催のお知らせ

今年度より、以前の「スポーツ大会」から「レクレーション大会」と名称を改め、開催する事になりました。

そこで、北地区青少年部会で実行委員会を立ち上げ、どなたでも参加できるようなプログラムを検討中です。
たくさんの皆様のご参加をお待ちしています♪

日　時：１０月１４日（土）10:00～12:00　雨天決行
場　所：北地区コミュニティセンター内
内　容：どなたでも楽しめるゲーム
対　象：ご家族みなさま♡どなたでも
参加賞があります！

参加料
無料

※参加希望の方は、北地区自治協議会事務局、または各町の館長及び役員にお知らせください。

北自治協
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ

北自治協
Instagram
KITACHIKUJKK

北地区自治協＋コミセンからの情報は、こちらからご覧ください。
♡フォローをお願いいたします。

〒857-0011 佐世保市春日町 18-9
（北地区ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ）TEL＆fax　0956-25-6552
（北地区自治協議会）TEL＆fax　0956-55-7006