



令和7年7月号



江上コミセンだより

〒859-3242 佐世保市指方町 1759 ☎58-4638

□ 江上地区 人の動き (6月1日現在)				
	世帯数	人 口	男	女
合 計	3,116	7,013	3,162	3,851
指方町	497	1,133	537	596
有福町	1,680	3,701	1,774	1,927
江上町	461	1,434	630	804
H T B	478	745	221	524

江上地区自治協会からのお知らせ

📁 会議等の報告 📁

- ◆江上自治協 役 員 会 (R7.6.2(月)19:00～)
- ◆〃 〃 理 事 会 (R7.6.6(金)19:00～)
- 《議案など》
- 「江上音頭納涼大会開催の件」
- 「JRAウインズ佐世保 寄贈品の選定」
- その他

📅 今後の予定 📅

- | | | |
|------------------|--------|-------------|
| R7.7.1 (火)19:00 | 江上コミセン | 江上自治協 役員会 |
| R7.7.4 (金)19:00 | 〃 | 〃 〃 理事会 |
| R7.7.20 (日)14:00 | 〃 | 江上音頭 踊りの稽古 |
| R7.7.25 (金)19:00 | 〃 | 江上自治協 理事会 |
| (未定) | 該当箇所 | 江上地区 危険箇所巡視 |
- ※「地域行事」「コミセン主催行事」は、事情により変更、中止になる場合がありますので、ご注意ください。

★★ 令和7年度・後期 (R7.10.1～R8.3.31 利用分) 定期利用団体の募集 ★★

- ◆「継 続」利用希望の団体
 - 1 申込時期 7月4日(金)から7月18日(金)まで
 - 2 提出書類 「使用申請書」、「後期会員名簿」など
- ◆「新 規」利用希望の団体
 - 1 申込時期 (継続利用団体と同じ)
 - 2 提出書類 江上地区コミュニティセンター(Tel58-4638)へお尋ね下さい
- ◆ 利用説明会 を 8月7日(木)16:00から開催予定です。
「継続利用団体」、「新規利用希望団体」とともに文書でお知らせします



消 防 局 からのお知らせ

1 署内見学のご案内

- (1)内 容
夏休み消防について研究してみませんか？各消防署では車両見学をはじめ、グループで楽しく学べる消防署見学を行っています。
- (2)申込方法
電話にて実施予定日の20日前までに各消防署へ連絡をお願いします。
※10名以上のグループが望ましい(要相談)。
- (3)申込先
中央消防署 0956-24-7621
東消防署 0956-38-2519
西消防署 0956-47-2076
- (4)注意事項
災害発生時は災害対応が優先となりますのでご了承ください。

2 夏のレジャーは火の始末を確実に

- 屋外での花火やバーベキューなど火を扱うときは、次の点に注意し火災を防ぎましょう。
- ・花火は使用方法や警告等を守りましょう。
 - ・近くに燃えやすいものがないか、強風等による飛び火の危険がないか周囲の環境にも配慮しましょう。
 - ・花火や炭火などを使用する際は水バケツ等の消火準備をし、確実に火の始末をしましょう。

江上コミセン サマースクール開講のお知らせ！！

< 超低温の体験など！ >

サマースクール①

佐世保高専の楽しい実験



- [日 時] 7月28日(月) 13:30～15:00
[場 所] 江上地区コミュニティセンター（講堂）
[講 師] 西 口 廣 志 准教授（佐世保高専・機械制御工学科）
[定 員] 小学生20名程度（1・2年生は保護者同伴）
[準備物] 水筒、筆記用具、作品を入れる袋
[材料費] 500円
[受 付] 7月2日から（定員になり次第、締め切ります。）
(注) 小さいお子様連れは、ご遠慮ください

サマースクール②

楽しいお菓子づくり



- [日 時] 7月29日(火) 9:30～12:00
[場 所] 江上地区コミュニティセンター（料理実習室・和室）
[講 師] 高 橋 静 子 先生
[定 員] 小学生16名程度（1・2年生は保護者同伴）
[準備物] エプロン、三角巾、マスク、上履き、水筒
[材料費] 500円
[受 付] ※参加申込書に材料費を添えて窓口で受付
乳製品のアレルギーのある方はご遠慮ください。
7月2日から（定員になり次第、締め切ります。）
(注) 小さいお子様連れは、ご遠慮ください

サマースクール③

絵 画 教 室

下書きから色の塗り方まで基本を学ぼう



- [日 時] ① 7月30日(水) 9:30～11:30
② " 31日(木) " ~ "
※どちらか1日選んで申込みください！
[場 所] 江上地区コミュニティセンター（講堂）
[講 師] 川 添 和 子 先生（長崎県美術協会員）
[定 員] 各回小学生12名（1・2年生は各回3名まで）
[準備物] 絵具道具、水入れ、クレパス、雑巾、図鑑、水筒、筆記用具
[参加費] 無 料（画用紙は、コミセンで準備します）
[受 付] 7月2日から（定員になり次第〆切り）

サマースクール④

習 字 教 室

～夏休みの宿題を仕上げよう～
学年ごとの課題を行います

- [日 時] 8月4日(月) 9:30～12:00
[場 所] 江上地区コミュニティセンター（講堂）
[講 師] 杉田 智佳子 先生（日本習字書道教室講師）
[定 員] 小学生15名（2年生以下は保護者同伴）
[準備物] 習字道具、半紙、新聞紙、水筒
[参加費] 無 料（お手本は、講師が準備します）
[受 付] 7月2日から（定員になり次第〆切り）



～English Warriors～

(^^♪歌やリズム遊び、ゲームを交え楽しく学ぶ^^♪)



[日 時] 8月20日(水) 10:00～11:30
 [場 所] 江上地区コミュニティセンター (講堂)
 [講 師] Ken Thomas 先生
 [定 員] 小学生20名
 [準備物] 筆記用具、水筒、動きやすい服装
 [参加費] 無 料
 [受 付] 7月2日から(定員になり次第〆切り)

< 第1回 婦人学級のお知らせ >

生活習慣病予防のための 食生活のポイント

家族の健康を守るには、食事から！
 どんどころに気を付けたらよいのか、管理栄養士
 の話を聞いて調理に活かしましょう。

[日 時] 7月16日(水) 13:30～15:00
 [場 所] 江上地区コミュニティセンター (講堂)
 [講 師] 佐世保市役所の管理栄養士
 [定 員] 20名程度
 [準備物] 筆記用具、メモ帳など
 [参加費] 無 料
 [受 付] 申込締め切り 7月10日(木)

／／／／／ あけぼの短歌会針尾嶋支部・4月の作品 ／／／／／

※「あけぼの短歌会」は、毎月第一月曜に コミュニティセンターで活動されていま す。一緒に短歌を楽しんでみませんか。	鉛筆で脳トレの文字書きたれば 子供の頃のなつかしき香する 堤 京子	退院の日決まるその朝は 心のモヤも一気に晴れたり 野口 満子	大潮に初物の若布いただきぬ 夫の好みの饅和へつくる 松永 蒔江	ぜいたくと思えどこれが現代の 生活なのかと子らの外食 吉田由美子	江上浦の弁天島は霧ふかく 日の出を前に墨絵のごとく 豊村 昌敏	絵を描き運動をしてうた歌う 老いの楽しみ続けと祈る 末藤ちづ子	赤色の洋服着ても顔うつり 年を重ねて少し淋しい 滝野 照子	九時半に今宵も夫のオムツ替え 生きててごめんの口癖を聞く 久田 康子	未だ暗き寒の厨に割烹着 羽織りて主婦のはじまる 松山 光枝
---	---	--------------------------------------	---------------------------------------	--	---------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------	--	-------------------------------------

「成人学級」を開催しました

5月27日、富永雅也先生(社会医療法人財団 白十字会 会長、
 社会福祉法人 佐世保白寿会 理事長)をお招きして、「認知症に関
 するお話～予防方法からお薬まで～」をご講義いただきました。

当日は、50名を超える方が熱心に聴講され、今後、介護に関わる人
 材が不足していく中、高齢者どうしが声を掛け合いながらもっとサロン活
 動を盛り上げていくことが認知症予防、さらに健康で楽しい生活を送るこ
 とにつながると参加者皆様は理解を深められました。

★次回の成人学級は、6月26日(木)10:00～11:30
 『豊かな老後のために知っておきたいお金の話』です。★

当日の受講の様子



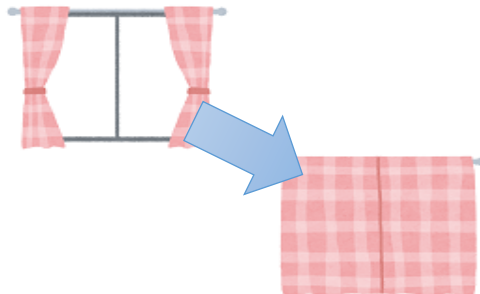
熱中症予防のために！

(厚生労働省HPを参照)

扇風機やエアコンで
こまめに室温調節



カーテン、すだれ、
打ち水の利用



外出時には日傘や
帽子を着用



日陰を使って、こまめな休憩



吸湿性、速乾性のある
通気性の良い衣服を着用



水分、冷たいタオル、
保冷剤で身体を冷やす



豪雨等に備えましょう！！

近年、梅雨や台風の季節以外にゲリラ豪雨による被害が増えています!!
いざという時に慌てない様に、日頃から気にかけておきましょう。

◆自宅の周りにあぶない所はないか!

- ▶側溝やベランダの排水溝など、掃除をして水はけを良くしましょう。
- ▶大雨で崩れそうな斜面や川があふれて浸水する場所などに注意しましょう。

◆災害に備えた情報収集をしよう!

- ▶雨が多い時期になると、集中豪雨による被害が多発します。
- ▶テレビ、ラジオ、インターネットなどで日頃から気象情報に注意しましょう。

◆もしものときの避難場所は、どこ!?

- ▶「災害時の避難行動シート(市)」を使い避難方法等を確認して下さい。
- ▶自宅以外の安全な場所(状況により、自宅2階の部屋など)
- ▶江上小学校、有福体育室などの市指定避難所、町内公民館や親戚宅なども避難所として考えます。

<災害情報配信サービス>

- ①バーコードを読み取り、空メールを送信します



- ②受信したメールを24時間以内に開き、URLへアクセスします



第1段階	第2段階	第3段階
江上小学校	有福体育室	東明中学校 コミュニティセンター 旧ホリテック体育館 長崎国際大学



移動図書館『はまゆう号』7月の予定

- 2日(水) 13時10分~13時40分、ケアハウス東明
- 9日(水) 10時30分~11時00分、中有福公民館
- 23日(水) 13時50分~14時20分、江上コミセン
- 30日(水) 13時10分~13時40分、ケアハウス東明 に参ります!

※交通事情等により、予定どおり巡回できない事があります。

