

♪ みんなでふれあう住みよいまちづくり♪

# 小江原地区ふれあいセンター便り

令和5年度  
第3号  
9月1日発行

開館：9時～17時 月曜休館 長崎市小江原3丁目20番10号 ☎ 843-1529

立秋は過ぎましたが残暑が続いています。水分・睡眠・栄養をしっかりと取り、熱中症、コロナ感染防止対策をした上で、適度な運動を行い仲間と交流をすることが元気の秘訣です。是非センターを積極的に利用してください。コロナ感染症のため5年間未開催の「ふれあいセンター祭り」を開催予定です。皆様のご来場おまちしております。



グリーンカーテンの朝顔  
今年も綺麗に咲きました



## 第10回ふれあいセンター祭り開催

前回開催の平成30年から5年ぶりに開催いたします。

日時：11月12日(日) 開会式12時45分 閉会式16時20分  
会場：小江原地区ふれあいセンター

## 主催講座のご案内

### さわやかストレッチ

全身の筋肉をほぐし  
適度に鍛えましょう

- ◆日時：9月27日(水)  
13時～15時
- ◆講師：野口信貴氏
- ◆場所：センター2F(第1研修室)
- ◆参加費：無料
- ◆持参品：動きやすい服装・シューズ  
タオル、飲み物

### 秋の山野草散策

10月21日(土)10時～12時

- ◆講師：福見千松先生
- ◆場所：かきどまり運動公園
- ◆集合：テニスコートクラブハウス前
- ◆内容：現地研修(小雨実行)
- ◆定員：20名(先着順)
- ◆備考：歩きやすい服装・靴、  
帽子、タオル  
筆記道具・飲物持参

## 5月から8月までの催し

第1回主催講座 5月30日 かたり音スマイル



第2回主催講座 6月30日 レクリエーションスポーツ



第3回主催講座 7月30日 夏休み親子料理教室



7月1日～8月19日 ゆかたとマナー教室



### 【市役所主催の講座】 予約不要当日参加OK 参加費無料

すこやか運動教室	お遊び教室
65才以上の方々	0才児～就学前のお子さんとその保護者
家庭でできる簡単な体操の実践、 レクリエーションなど (動きやすい服装で室内履きを持参) 飲み物もお持ちください	◆9/21：ミニ運動会 ◆10/19：ハッピー ハロウィン ◆11/16：おもちゃを作ろう ◆12/21：クリスマス会 ◆1/18：楽しい 節分 ◆2/15：おひな様を作ろう ◆3月 休み(タオル・お茶 お持ちください)
毎月 第1・3火曜日	毎月 第3木曜日
13:30～15:00 (第1研修室)	10:30～12:00 (第1研修室)
中央総合事務所地域福祉課/サンハイツ	子育てサポート課/社会福祉協議会小江原支部

### 【図書室からのお知らせとお願い】

長崎市立図書館(本館)を中心に、公民館・ふれあいセンターの全図書室はつながっています。**(図書カード共通)本の貸出・返却はどこでもできます。**(CD、DVDは本館のみ)

- ★本の貸出は、1人10冊まで2週間です。
- ★話題の本や人気本の予約・リクエストができます。(インターネット予約もできます。)
- ★返却期限を過ぎている場合や予約が入っているときは、継続貸出ができません。
- ★閉館後や休館日の本の返却は、玄関左側の返却ポストをご利用ください。
- ★多くの方が、図書室で、新聞(長崎・毎日)の閲覧、読書、勉強などされています。