

「小ヶ倉地区ふれあいセンターだより」

申込先：ふれあいセンター 095-878-3796

募 集 中	講 座 名		月 日	時 間	参加料・その他
	シュトーレン作り	(講師：前川沙織)	11月29日(土)	10～12	実費 9人まで 好評につき 締切
	NOCEクラシック講座	長崎OMURA 室内合奏団	11月30日(日)	14～15	フルート チェロ ファゴット ピアノ
	センターまつり		12月 7日(日)	展示の部10:30～ 演舞の部12:30～	
	門松作り	(講師：片山 博)	12月28日(日)	10～12	①玄関用1対 800円 ②室内用1個 600円
	おもちゃ病院	(長崎おもちゃ病院)	R8.2月15日(日)	10～14	原則無料

【原爆被爆者定期健康診断】

門 松 作 り	月 日	10月21日(火)
	受 付	午後1時30分～3時30分
	場 所	2階 第1研修室
	問合先	原爆健康管理センター ☎095-844-3100
		①玄関用1対 800円
		②室内用1個 600円
		
		

◇お知らせ ♪プログラムは後日発表！

申込先：ふれあいセンター 095-878-3796

小ヶ倉くんち			NOCEクラシック講座 (長崎OMURA室内合奏団)	
日 時	11月3日(月/祝)	開始 9:00 終了 12:00予定	日 時	11月30日(日) 14:00～15:00
会 場	小ヶ倉町2丁目公民館前広場		会 場	第1研修室 (2階)
当 番	神輿守(みこしもり) 2丁目自治会		演奏者	フルート：永留結花 チェロ：下田直子 ファゴット：池田祐希 ピアノ：坂口美奈(客演)

◇センターまつり 12月7日(日) 第1研修室

展示の部	開始時間 10：30～15：00	演舞の部	開始時間 12：30～14：30	・千代乃会(舞踊)
	・花みずき(パッチワーク)		・小ヶ倉中学校吹奏楽部(オープニング)	・コスモス(大正琴)
	・水無月(いけばな)・桐の会(書道)		・むつみ会(民謡)	・大川民謡会(民謡 三味線 舞踊)
	・地域参加(鉢植え等)		・吹矢、吹矢ゴルフ(実技)	・ラ・コンパス(フラメンコ)

♡お知らせ

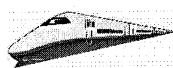
令和7年10月1日付 所長交代します

新所長	吉富 修	よろしくお願いします
退 職	松下 眞紀	開所以来、大変、お世話になりました

♣新着、寄贈図書のご案内

児童	むしたちのサーカス	得田 之久	一般図書	残月夢想斬り	佐伯 泰英
	いやいやはるくん	よこた あきこ		マンガでわかる医学博士がすすめる 認知症にならない最高習慣	山根 一彦
	スウスウとチャップン	くどう れいん		空を駆ける	梶 よう子
一般	言葉のトランジット	グレゴリー・ケ ズナジャット		スマホが「老後の暮らし」をもっと楽しく 楽に変えてくれる	恒川 年昭
	まろ丸伊勢参り	畠中 恵		韓国ドラマ沼にハマって見たら	角田 光代
	旧友斬り	小杉 健治		プーチンとトランプ世界支配の衝撃！	石田 和靖

気になる身近なあれこれ



新幹線「のぞみ」自由席が1・2号車のみで3号車は指定席！（R.7.3.15から）
9/13のぞみ12号(博多→新大阪)乗車。自由席が満席。指定席車両(3～16号車)の
通路は使用禁止で各車両のデッキを使用くださいとのこと。お気をつけて！

過去のだよりのお気に入り



【第80号R6.12.1】＜免疫力アップ＞「ま・ご・わ・や・さ・し・い」

「ま」→豆類 「ご」→ごま、ナッツ 「わ」→海藻類 「や」→野菜 「さ」→魚
「し」→しいたけ、キノコ類 「い」→いも類 バランスの良い食事を！

【第89号R7.9.1】＜おくすり手帳常に携帯＞

外出時、いつ救急車のお世話になるかもしれないため、常に携帯しましょう。
服用している薬がわかると対応が早いそうです

【第61号R5.5.1】＜おひとりさまの老後のお楽しみ処方箋＞ 阿部 絢子著

- ・一人でも老後を楽しく暮らす ・一人サイズで気ままに暮らす
- ＜老いを遅らせる＞ 和田 秀樹著
- ・人生のピークをできるだけ先に設定する ・意欲を保った70代は元気な80代が待っている

◆当センターは、災害時『避難所』となります



避難所開設確認は

- ・【あじさいコール Tel/095-822-8888 (8:00～20:00)】
- ・【長崎市ホームページ】→【防災・消防】→【避難所一覧】→【小ヶ倉】

センター
ご案内

- ・白黒コピーが有料でできます。領収書発行可能です
- ・休館日は月曜日と年末年始のみ、土・日曜日は開館しています
- ・図書室では「長崎新聞」「毎日新聞」が閲覧できます
- ・市立図書館の貸出券で市内58館とつながっており、他館で借りた本も当センターに返却
できます。玄関内に時間外や休館日に利用できる返却箱も設置しています
- ・センターご利用時の駐車場は、メモリード側をご利用ください