



主催・共催事業のご案内

お問合せは、鍋島公民館 Tel 31-2984 まで

第2回 みどりを楽しむ教室 「涼やかさを感じる苔玉作り」

鍋島まちづくり協議会共催

夏を涼しく飾る苔玉。花作りが難しいこの季節には、室内で楽しめる苔玉作りに挑戦してみませんか？

- 日時 8月23日(火) 10:00~12:00
- 場所 鍋島公民館 集会室
- 講師 中川 達也 さん(佐賀市みどりのカウンセラー)
- 対象 どなたでも(鍋島校区の方優先)
- 定員 20名程度
- 参加費 1,000円
- 持参品 ゴム手袋、持ち帰り用袋
- 申込方法 平日9時~17時 電話・来館にて
- しめきり 8月10日(水)



第3回 鍋島養正塾 ~健康編~ 「お口の健康から全身の健康へ~歯周病を予防しよう~」

鍋島まちづくり協議会共催

歯周病って口の中だけの問題ではありません!全身のさまざまな疾患と関係があるんです!!この機会にお口の健康状態にも関心を持ってみましょう。

※当日は国民健康保険の特定検診の結果データを基に、鍋島校区住民の健康に関する傾向や課題についてのお話もあります。

- 日時 8月25日(木) 10:00~12:00
- 場所 鍋島公民館 集会室
- 講師 佐賀県健康福祉政策課、佐賀市健康づくり課
- 対象 どなたでも(鍋島校区の方優先)
- 定員 20名程度
- 参加費 無料
- 申込方法 平日9時~17時 電話・来館にて
- しめきり 8月10日(水)



鍋島校区各種団体代表者のご紹介 (敬称略)

団体名	代表者	団体名	代表者
まちづくり協議会	瀬戸 邦 聡	スポーツ協会	山口 幸 夫
自治会長会	瀬戸 邦 聡	交通安全協会鍋島支部	江頭 嘉 廣
長生会	犬尾 貞 秋	青少健・子ども会	古川 直 己
社会福祉協議会	犬尾 貞 秋	小学校PTA	梶原 徹
民生委員・児童委員協議会	犬尾 貞 秋	中学校PTA	三 峯 浩 之
ボランティア鍋島	古川 勝 彦	社会人権・同和教育推進協議会	大野 修 (公民館長)

佐賀市の人口 229,727人 鍋島校区の人口 12,775人 世帯数:5,748世帯(令和4年6月末現在)

発行●佐賀市立鍋島公民館 住所/佐賀市鍋島1-1-1 TEL&FAX/0952-31-2984 <https://www.tsunasaga.jp/nabeshima>
利用時間/8:30~22:00 休館日/毎月第3日曜、年末年始 メールアドレス/knabeshima@city.saga.lg.jp

第2回 鍋島養正塾～健康編～

鍋島まちづくり協議会共催

「これって認知症?『もの忘れ』から知る

認知症の予防と治療」 6月29日(水)

佐賀中部病院の南里医師をお呼びし、認知症についてお話をいただきました。ピアノ演奏を交えての楽しい講座でした。認知症予防に必要なことは食事、運動、公民館です。つまり、抗酸化作用のある野菜とタンパク質がとれる肉、魚、卵などを十分に摂り、体を動かし(特に前頭葉の活性化に効果のあるウォーキング)、公民館などで文化・芸術活動をし、いろいろな人との会話を楽しむことが認知症予防に有効だということです。また認知症にはいろいろな原因があり、場合によっては治療で治ることもあるので、ぜひ専門医に診てもらうことと、総合的に介護環境を整えるために、診察は家族も一緒に行くことを推奨されていました。認知症は誰でもなる可能性の高い病気です。「ゼロ認知症」ではなく、認知症と上手に付き合っ自分らしい生活を送る「with(ウィズ)認知症」を目指しましょう!



第1回 鍋島養正塾～暮らし編～

鍋島まちづくり協議会共催

「スマホ体験講座+LINE講座」 7月5日(火)

ソフトバンク株式会社のスマホアドバイザーを迎え、LINE(ライン)を中心とした初心者向け講座を開催しました。LINEのメリットは電話番号やメールアドレスがわからなくても送れる、無料で通信できる、文字数に制限がない、などがあげられます。しかし、アプリを入れてみたものの、使い方がよくわからない、という方も多くいらっしゃいます。

今回の講座はそんな方々を対象に行いました。2時間という長丁場でしたが、みなさん熱心に受講され、休憩時間も個別に相談をされていました。講師と2名の補助者、3名で対応されたので、ほとんどの方の質問にも答えられたと思います。



花壇のリニューアル(長生会女性部)

長生会女性部の方たちが、公民館前の花壇の整備をされました。春の花を夏の花に衣替えし、花壇が生まれ変わりました。当番制で毎日水やりもされています。



気をつけよう!食中毒

家庭でも多く発生する食中毒。その原因となる多くの細菌は湿気を好むため高温多湿となる時期は特に注意が必要です。予防法を確認して家族の健康を守りましょう。

食中毒予防の3原則

食中毒菌を

- ①付けない …洗う!分ける!
- ②増やさない…低温で保存する!
- ③やっつける…加熱処理!



準備中です

養正ふれあいまつり 10/23(日) 主催 鍋島まちづくり協議会

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止や内容が変更になることがあります。