

第78号

令和6年10月1日

運営委員会発行

Tel/095-878-3796

Fax/095-878-3823

「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
	NOCEクラシック講座	長崎OMURA 室内合奏団	11月23(土祝)	14~15	ヴァイオリン チェロ ファゴット ピアノ
	シュートレン作り	(講師：前川沙織)	11月30日(土)	10~12	実費 9人まで <small>好評につき 締切</small>
	センターまつり		12月 1日(日)	展示の部10~	演舞の部12:30~
	門松作り	(講師：片山 博)	12月27日(金)	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)	R7.2月9日(日)	10~14	原則無料

予告	R7.1月11日(土) 時間未定 『津軽三味線演奏会』 津軽三味線石井流家元 石井秀弦氏 他
----	------------------------------------------------

おしらせ

♪プログラムは後日発表！

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(日/祝)	お下り 9:00 お上り12:00	日時	11月23日(土)	14:00~15:00
会場	小ヶ倉町2丁目公民館前		会場	第1研修室 (2階)	
当番	神輿守 (みこしもり) 中自治会 踊り町・獅子舞 上揚自治会		演奏者	ヴァイオリン：前田純美加 チェロ：下田直子 ファゴット：池田祐希 ピアノ：山口紗弥(客演)	

申込先：ふれあいセンター 095-878-3796

◇センターまつり 12月1日(日) 第1研修室

展 示 の 部	開始時間 10:00~15:00		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		・コスモス (大正琴)
	・水無月 (いけばな)		・むつみ会 (民謡)		・大川民謡会 (民謡 三味線 舞踊)
	・桐の会 (書道)		・吹矢、吹矢ゴルフ		・ラ・コンパス (フラメンコ)



◆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	<ul style="list-style-type: none"> ・【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】
----------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

♣新着、寄贈図書のご案内

児童	りょうこうにいこう!	五味 太郎	一般図書	コミック生き物の死にざま	稲垣 栄洋
	ズーミング! 動物園	小宮 輝之		マザー	乃南 アサ
一般	タブー・トラック	羽田 圭介		もどき友成	佐伯 泰英
	ナソトキ・ジパングHANABI	青柳 碧人		ハズる「死にたい」	古田 雄介
	冬の霧	藤原 緋沙子		キレイはこれでつくれます	MEGUMI
	中学生から知りたいパレスチナのこと	岡 真理		お多福	藤井 邦夫

気になる身近なあれこれ



私事ですが、7月末に身内(82才・独居)が自宅で熱中症で急死しました
残された者は、何から手をつけていいのか、遺品処理はどうしたらいいのかと大変です
自分に置き換えて、自身の終活を真剣に考え、少しづつ行動しています

◇他人事ではない!

9/7(土)当センターで戸町・小ヶ倉地域包括支援センター主催「笑顔カフェ」が開催されました
その中で「人生会議 ACP:アドバンス・ケア・プランニング」が特に身につまされました!

人生の終わりまで、あなたは、どのように、過ごしたいですか? もしものときのために
あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取り組みを
『人生会議(ACP)』と呼びます

～自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～

命の危険が迫った状態になると約70%の方が医療やケアなどを自分できめたり望みを人に伝え
たりすることが、できなくなると言われています。自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人
たちと話し合い、共有することが重要です

◇もしもに備える『安心リスト』作り

- ①電気・ガス・上下水道 契約者の確認
- ② // 地番等わかるもの(レシート) 確認
- ③ // 引き落とし通帳確認
- ④固定電話、携帯電話、NHK、ケーブル等契約書類確認
- ⑤生命保険、火災保険等関係書類確認
- ⑥生協、ヤクルト、
- ⑦年金、介護保険、クレジットカード等確認
- ⑧他

