



〒859-4512 松浦市志佐町笛吹免920-1 TEL 72-0315



新緑に包まれた春爛漫の  
笛吹ダムを1周しました



健康づくり教室  
ウォーキング



## 先月の講座風景



クッキング教室

鯉のぼり焼き&キャラメルミルクを作りました。  
今回は、参加者が少なかったので生地作りと  
カスタードクリーム作り全て全員が体験しました。



リフレッシュ・コンディショニング

## 地域ニュース

4月11日  
上志佐小学校  
入学式



今年は市長をはじめ沢山の来賓客も出席して入学式が行われました。新1年生11名を迎えた上志佐小学校の生徒数は2年生5名、3年生8名、4年生9名、5年生7名、6年生11名の総数51名となりました。

4月18日  
志佐川稚アユ放流

市長や市職員の応援のもと上志佐小学校児童と上志佐保育所園児が25000匹の稚アユを放流しました。



4月20日  
上志佐地区戦没者慰霊祭

今年も笛吹の記念碑にて戦没者遺族会の代表と各地区長・民生委員の方々に催行されました。





上志佐の人口動向 (柚木川内～池成の8地区)

※令和5年3月末日現在 ( )は前月比

人口: 952(±0) / 男: 451(+4) / 女: 501(-4) / 世帯数: 400(+1)

移動図書館☆☆きらきら号☆

場所: 上志佐小学校

巡回日: 5月 16日(火)・30日(火)

時間: 13:00～13:30

## 5月の公民館主催講座案内

### 物づくり教室



### うさぎのランチポーチ

※募集は締め切りました

日時: 2回目→5月10日(水)  
13:30～15:30

場所: 会議室

講師: 辻 由美 御厨公民館副館長

### ねこの編みぐるみ

※2回受講講座です

日時: 1回目→5月15日(月)  
2回目→5月29日(月)  
13:30～15:30

場所: 会議室

講師: 手芸 楽しく編む会の皆さん

材料費: 60円(目・鼻等飾り物の代金)

持参品: ・毛糸(好みの色 並太 90g)

・手芸用テロン綿 小袋1袋

・かぎ針 6号

・とじ針

・段数リング

・裁縫用 まち針 5本



見本を公民館に  
置いてあるニャ～!

### 健康づくり教室

### ウォーキング

日時: 5月10日(水)  
10:00～11:30

集合場所: 上志佐公民館

持参品: 飲み物・タオル

### リフレッシュ コンディショニング

日時: 5月24日(水)  
13:30～15:00

場所: 集会室

講師: 國安智子 今福公民館副館長

持参品: 敷物・バスタオル・タオル

飲み物・顔晴りカード

### クッキング教室

### 脂質異常症予防料理

日時: 5月18日(木)  
10:00～13:00

場所: 調理実習室

講師: 健康ほけん課 末永氏

持参品: 米 0.5合・エプロン・三角巾

材料費: 600円程度

メニュー: 鶏肉と春野菜のトマト煮 他3品

※脂質異常症は、血液検査で血液中の脂肪分(悪玉コレステロールや中性脂肪)の数値が基準値以外となる状態のことで、心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化によって発症する可能性のある血管系の病気の引き金になると考えられています。

動脈硬化: 悪玉コレステロールが血管内に蓄積され血管が硬く弾力性が無くなり血流が悪くなる状態

講座のお申込みお問い合わせは、上志佐公民館 TEL72-0315へ

月～金(祝日を除く) 8:30～17:00