



赤間地区コミュニティだより

話。和。輪

～ふれ愛通信～

第 106 号

平成25年5月15日

発 行

赤間地区コミュニティ

運営協議会（事務局）

TEL:0940-39-7051

FAX:0940-39-7052

HP:<http://wawawa.org>

赤間バス赤馬号！地域の足に

赤間地区のコミュニティバスが4月2日（火）に試験運行を開始してから約1か月半が経過しました。

さて、みなさんの反応は・・・？

赤間地区のコミュニティバスが4月

コミニバス委員会では、利用申請された人の多さから、満員通過の便が多発するのではと心配していましたが、これまでの状況では、満員通過はわずかで、ほっとしています。

これまで西鉄バスやふれあいバスが通つていなかつた地区の方々には大変喜ばれており、「ご利用された方のアンケートからは、「買い物や通院するのに助かっている」との声が多く寄せられ、コミニバス委員の励みになっています。

また、「今日は、サンリブで乗り換えて、市役所まで行つてくるよ」とか「帰りの便まであまり時間がなかつたけど、さつと用事を済ませて、また乗つて帰つてきたよ」など、みんなが地域の足を楽しくご利用されているようです。

まだまだ空席で運行している便もありますから、ぜひ利用してみてください。

来年の本運行に向けて、時間やバス停は、7月に見直し8月1日に改正する予定です。

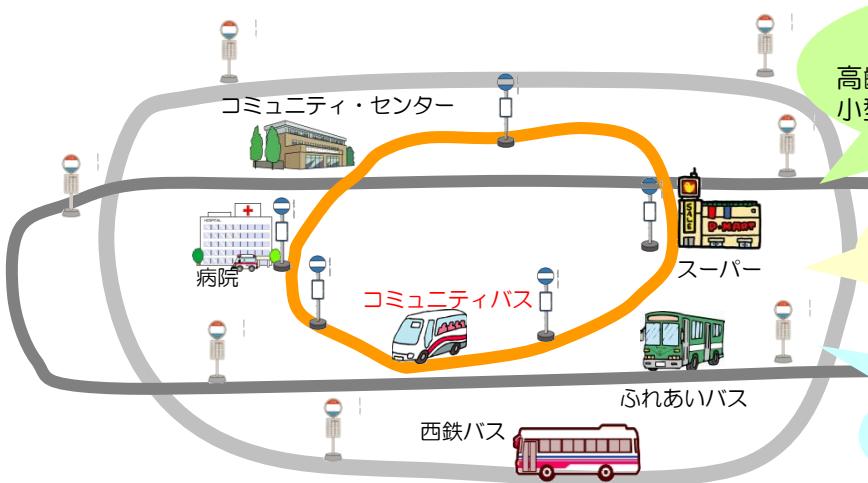
コミニバスが地域の足として定着するよう、皆様のご利用をお待ちしています。

赤間コミュニティバス
停留所



赤い帽子の運転手さん

（コミニバス委員会 下田）



Q. コミニティバスって
なあに？
高齢者の通院や買い物の足となる
小型で10人乗りの福祉バスです。

Q. 高齢者でなくても
利用できますか？
利用できますが、高齢者優先利用
ということをご理解願います。

Q. 運賃はいくら？
試験運行の1年間は、無料でご利用いただけます。

ダンボールコンポストをプレゼント

～生ごみ堆肥化講座～

ダンボールコンポストを使用しての生ごみ堆肥化講座を開催します。

受講された方にはダンボールコンポストをプレゼント！（1年度1世帯1個に限ります。）

実践後の疑問などに答えるフォロー講座もありますよ。

日 時：5月23日（木）10:00～（本講座）
6月13日（木）10:00～（本講座）
7月 4日（木）10:00～（フォロー講座）

場 所：多目的ホール

講 師：ゴミ問題を考える住民の連合会・宗像

参加費：無料

申込先：赤間地区コミュニティ事務局に電話で
申し込んでください。（TEL:39-7051）
※事前に申し込みが必要です。

【問合せ】生活環境課 TEL:36-1421



「議員と語ろう！」 宗像市議会報告会

今回の議会報告会は、「議員と語ろう！」と題し
市民懇談会形式で開催します。

《メインテーマ》 これからの中づくり

《サブテーマ》

- ・地域の高齢化に伴う課題と対策
- ・子育て及び教育に関する課題と対策
- ・産業振興に関する課題と対策
- ・議会に対する意見・要望

5月21日（火）19:00～ 東郷地区コミセン

5月22日（水）19:00～ 赤間西地区コミセン

5月23日（木）19:00～ 玄海地区コミセン

※申込みは不要。ご希望の会場に直接お越しください。

主 催：宗像市議会

【問合せ】宗像市議会事務局 TEL:36-1119

地域の安全は私たちの手で！

防犯対策推進員会



赤間地区コミュニティの防犯

対策推進員会は、各自治会から

推薦された30人の防犯意識の高

い方たちで構成されています。

この団体を中心に、平成20年

1月から週2回（水曜と土曜）

の青色回転灯パトロールを実施

しています。

4月14日（日）、今年度も新し
い推進員が加わり、第1回目の
会議を開催しました。

教育大前交番から講師に来て

いただき、赤間地区内の犯罪状況などのお話を聞きました。
パトロールを行うようになつ
て犯罪などは減少しています。
が、まだまだ痴漢、窃盗などの
犯罪はあとを絶ちません。
が、私たち住民も防犯意識を持
ち、安全安心なまちづくりをして
いきましょう。

（事務局）



宗像市消費生活センターから

太陽光発電システムの契約は慎重に！

最近、電気料金の値上げを背景に

太陽光発電システムの相談が増えています。



最新情報

相談事例

1週間に前に訪問販売で、太陽光発電システムの契約をした。その後、別の業者と比べてみたら、価格がかなり違うことが分かった。解約できるだろうか。

☆アドバイス☆

事例の場合は、契約して8日目だったので、クーリングオフにより契約解除できました。

太陽光発電システムの契約は高額なので「今日契約すればキャンペーン中で格安」「余剰電力を売電すれば、設備投資の代金を払ってもおつりがくる」などというセールストークにまどわされて、あわてて契約せずに数社から見積もりを取るなどして慎重に検討しましょう。

宗像市消費生活センター
TEL:33-5454・FAX:33-5469



5月・6月 行事予定表

日	曜	行 事
5/15	水	環境整備部会 喫茶『寄れ寄せ』(TMA会)
16	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会) アドバイザー委員会
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	休館日
21	火	地域づくり部会
22	水	男女共同参画部会
23	木	役員会
24	金	ニギニギ体操教室(健康福祉部会)
25	土	ボランティアガイド勉強会(地域づくり部会)
26	日	軽トラ朝市(地域づくり部会)
27	月	休館日
28	火	青少年育成部会
29	水	
30	木	
31	金	
6/1	土	研修および交流会(健康福祉部会)
2	日	
3	月	休館日
4	火	エコ石鹼作り(環境整備部会)
5	水	環境整備部会
6	木	
7	金	
8	土	宿泊研修説明会(青少年育成部会)
9	日	
10	月	休館日
11	火	視察研修(環境整備部会) 健康福祉部会
12	水	
13	木	区長会
14	金	健康教室(ヘルス推進員)
15	土	

喫茶「寄れ寄せ」のご案内

コーヒー、紅茶、緑茶とちょっとお菓子がセットで100円！

赤いエプロンのスタッフが笑顔でお迎えします。みなさん、お茶しにきてくださいね～。

日 時：5月15日（水）11:00～16:00
場 所：サロン



あかまなかよしサロン

日 時：5月16日（木）10:00～12:00

場 所：キッズルーム

対 象：0～3歳児の親子

参加費：無料

*申込み不要。



直接会場へお越しください。

軽トラ朝市開催

新鮮な野菜や魚がいっぱい！

来場者には、ぜんざいがふるまわれますよ。
詳しくは、5/15配布のチラシをみてね。



日時：5月26日（日）

9:00～11:00

場所：ふれあい公園

(コミセン横)

*お車はコミュニティセンターの駐車場をご利用ください。

ボランティア事業

5月15日（水）法律相談

5月23日（木）楽しい英会話

6月 1日（土）介護相談 ※

6月 2日（日）パソコン教室

6月 12日（水）着付け教室

* 6月の「包丁の研ぎ方」はお休みです。

*予約受付は、実施月の1日からです。

ただし、「介護相談」は受付開始当日にあたるので1週間前の5/25（土）から受け付けます。

*「おもちゃ病院」「年金相談」はいつでも申し込みれます。



ヘルスの健康教室

日 時：6月14日（金）10:00～12:00

場 所：多目的ホール

内 容：ソフトヨガ、わかめ体操

玄米ニギニギ体操

講 師：日並八千代先生

参加費：無料

申込み：当日会場で



参加者の「もっと!」に答えて

健康福祉部会



辻田橋の赤馬(新しい歩道橋)

なぜ、赤馬かご存じですか？

『神武天皇が東征の途中、岡の湊（現在の芦屋）に至った際、八所宮の神様が赤馬にまたがって現われ、里人に従軍を促した（「筑前国続風土記」より）』ことから、この地は赤馬と呼ばれるようになったそうです。江戸時代には赤馬とも赤間とも呼ばれていましたが、いつのまにか「赤間」になったんだとか…

昨年度から開始した健康福祉部会の事業の一つである「玄米ニギニギ体操教室」は、当初2か月に1回でしたがご好評を得て、今年度から毎月第4金曜日に開催することになりました。

毎月第2金曜日のヘルスの健康教室でも玄米ニギニギ体操は行っていますが、参加者から「もっとやりたい！」という声も上がり、実現の運びとなりました。

スポーツ指導委員とヘルス推進員、ヘルス推進員OBも参加して楽しいプログラムを立てています。

中でも特徴的なのは、開始前の血圧、

握力、足指力測定結果をカルテとして記録し管理していることです。

毎回、二十数人の方々が参加され、ドリンクタイムには筋力アップの方法やダイエット方法にまで話が盛り上がり、和気あいあいとした雰囲気です。

最後のリラクゼーションタイムでは、横になり手足を伸ばして目を閉じてみると、やさしいメロディーが流れ、心も体も癒されます。

成長ホルモンを促す「玄米ニギニギ体操」を、みなさんも一度体感されてみませんか？

(健康福祉部会 恒住)

エコ石鹼つくり講座 参加者募集

廃油を再利用したエコ石鹼を作りませんか？
汚れ落ちも良く、手肌にも環境にもやさしいですよ。

日 時：平成25年6月4日(火) 9:30～12:30
場 所：エコロ館(9:30 コミセン集合)
*バスでエコロ館に行きます。

参加費：無料
持ってくるもの：牛乳パック2個
申込み：事務局(39-7051)に電話で申し込んでください。
先着12人(5月16日から受付開始)

☆環境整備部会☆

つくってみませんか？ かんたんバロア

オレンジジュースが入っているので、さわやかな甘さです。
簡単にできるので、ぜひ親子でチャレンジしてくださいね。



《作り方》

- ① 耐熱ボウルに水1/4カップを入れ、粉ゼラチンを振り入れて混ぜ1分程おき、レンジで1分加熱して溶かす。
※ステンレスのボウルを使う場合は、レンジの側面に接触すると火花が散るので、その場から離れず注意して！
- ② 熱いうちに砂糖、ジュースを少しずつ加えて混ぜる。生クリームを加えて混ぜ、ボウルの底を氷水で冷やしてとろみをつける。
- ③ 器に入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ 型から出し、チョコレートを削って飾る。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)

《材 料》(4人分)	
粉ゼラチン	1袋
砂糖	大さじ2
オレンジジュース	150cc
生クリーム	80cc
飾り用板チョコレート	8g
(1人分の栄養価 128Kcal)	