



赤間地区コミュニティだより

# 話。和。輪

～ふれ愛通信～

第 111 号

平成25年10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>



コミュニティ  
事業

9月29日(日)

## 雨なんてなんのその



## 元気な赤間力



子どもリーダーのカレーも大盛況！

「この地でモノ作り」  
ケーリー職人の若者は  
地域の農産物や食べ物の販売、フリーマーケットがあり、地元の

出店コーナーでは  
「この地でモノ作り」  
（広報委員長 中村）

屋外ステージの幕を開けは、威勢のよい赤間太鼓の演奏。

それに続き、太極拳や歌、ダンスなど出演者は日頃の練習の成果を披露し、会場から盛んに拍手を受けていました。

館内は、芸術、文化、

「」で答え開会となりました。

健康測定コーナー

昼前から雨が降り

来場者からは「赤

の力で盛り上げよう！」の呼びかけに、参加者全員「オ

関心が寄せられてい

ます」と力強く語り、準備したクツキーやケ

キは午前中で完売するほど大人気でした。

なか、赤間地区住民が待ちに待つた赤間地区コミュニティの文化祭が開催されました。

初秋の気配が漂う健

く、たくさんの写真、絵画、木工芸品、書道、生け花などが赤間小学校の生徒の作品と

共に所狭しと並びました。

雨が気になるところでした。

した。

どの作品も、出展者の努力の出来栄えに

の努力の出来栄えに

の努力の出来栄えに



食進会のカレーは栄養満点



他コミュニティからかかしが参加



この機会に健康測定

# コロコロコロ... 止まれっ!!

公民館  
活動部会

9月22日(日)



みんなが見守るなか  
緊張の一瞬：

ウンドで開催した公民館活動部会主催の親善交流グラウンドゴルフ大会です。

し！」という歓声と笑顔。  
9月22日（日）、城山中  
ウンドで開催した公民館活  
催の親善交流グラウンドゴ  
です。

優勝は、世代間・一般の部とともに田久チームで、準優勝は世代間の部が葉山チーム、一

## 練習！練習！

# 軽トラ朝市 出品者募集中

農産物・鮮魚・加工品など…  
軽トラがなくても、家庭菜園の少し  
ばかりの野菜でも大丈夫！

あなたも出品してみませんか？

日 時：11月24日（日）  
8:30～10:00

場 所：ふれあい公園（コミセン横）  
※11月15日（金）までに赤間コミ  
セン（TEL:39-7051）にお申し込み  
ください。

今回は、郷土料理「だぶ」をふるまう予定です。  
一緒に楽しみましょ！



# もしもの時 あなたは大丈夫？

環境整備  
部会

9月1日(日)



消防隊員から心肺蘇生法を習う参加者

全国防災の日に合わせて、宗像消防署の消防士、救急救命士を講師に救急救命講習会を開催しました。

30人近くの参加があり、初めに今夏猛暑により多くの発症者が出了た熱中症や、高齢者に多い骨折などの対処法が、ユーモアを交え分かりやすく話されました。

参加者を二班に分けて、人形を使っての心肺蘇生法を一人ひとり体験実習し、なかなか胸に空気が入らない人が、ようやく空気が入つて胸が膨らんだ時は拍手が起きました。

子どもの人形を使っての心肺蘇生法では、子どもを持つ若いお母さんが、習った蘇生法を何度も実習していました。AEDの使い方も意外と簡単なことが分かり、良い体験ができました。講演中に救急出動要請が入り、講師の大半が緊急出動するという臨場感のある講演会となりました。参加者からは、「参加して良かつた」「また機会を作つてほしい」といううれしい言葉をいただきました。

宗像市消費生活センターからの

# 最新情報

# 新聞の長期契約に気をつけて！

## 事例

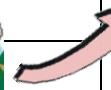
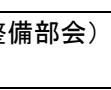
夫婦で老人ホームに入居することにしたので、新聞の解約を販売店に連絡した。契約があと5年半残っているので、違約金とサービスで渡した商品券を返すように言われた。今の契約が終了した後、他の新聞の契約も3年残っている。(70代 男性)

## ☆アドバイス☆

- ・契約期間の定めがある契約は、消費者の都合で一方的に解約できないのが原則です。
  - ・特に高齢者の場合、長期の契約は、生活環境の変化などの理由で購読を続けられなくなる可能性が出てきますので、期間を短くするなど慎重に考えて契約しましょう。
  - ・困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

宗像市消費生活センター TEL:33-5454・FAX:33-5469

# 10月・11月行事予定表

日	曜	行 事
10/15	火	喫茶「寄せ寄せ」(TMA会) 青少年育成部会
16	水	役員会
17	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会)
18	金	広報委員会
19	土	視察研修(公民館活動部会) 城山中学校文化祭
20	日	釣川クリーン作戦(環境整備部会)
21	月	休館日
22	火	ボランティアガイド勉強会(地域づくり部会)
23	水	男女共同参画部会
24	木	地域づくり部会
25	金	ニギニギ体操教室(健康福祉部会)
26	土	健康測定会 (健康福祉部会) 9:30~11:30 田久・栄町(田久公民館) 13:30~15:30 桜美台(桜美台公民館)
27	日	
28	月	休館日
29	火	 11月1日からごみの収集時間が7時30分からに変わります。
30	水	
31	木	* 時間: 17:00~21:00 * 会場: 熊越池公園、須賀神社、赤間宿通り * 駐車場: 城山中学校
11/1	金	
2	土	
3	日	文化の日 夢灯籠まつり アースデイむなかた2013 
4	月	振替休日 休館日 創立10周年記念
5	火	
6	水	環境整備部会 時間: 10:00~12:00 場所: 多目的ホール 内容: 心と体が喜ぶゲーム 参加費: 無料
7	木	
8	金	健康教室(ヘルス推進員) 
9	土	歩こう会(健康福祉部会) 
10	日	ドッジボール大会代表者会議(青少年育成部会)
11	月	休館日
12	火	健康福祉部会
13	水	
14	木	エコ石鹼つくり(環境整備部会) 区長会 
15	金	

## 喫茶「寄せ寄せ」のご案内

毎月 15 日に開催。

お茶とちょっとお菓子がセットで、なんと 100円！コミセンにお茶しに来ませんか？

日 時: 10月 15 日 (火) 11:00~16:00  
場 所: サロン

## あかまなかよしサロン

日 時: 10月 17 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。



## 釣川クリーン作戦

10/1号のチラシを見てね！

作 戦 日: 10月 20 日 (日) 9:00~1 時間程度

作戦内容: 釣川本流および支流周辺の清掃

開催場所: 赤間地区内 8か所

参加された方にはエコ石けん・タオル・ジュースを差し上げます。ぜひご参加ください！

## ボランティア事業

10月 16 日 (水) 法律相談 (15:00~18:00)

10月 24 日 (木) 楽しい英会話

(キッズ 18:00~・大人 19:00~)

11月 2 日 (土) 介護と福祉相談 (10:00~12:00)

11月 3 日 (日) パソコン教室 (9:30~11:30)

11月 9 日 (土) 包丁の研ぎ方 (10:00~12:00)

11月 13 日 (水) 着付け (19:00~20:00)

\* 予約制ですので前もってお申し込みください。  
予約受付は、実施月の1日からです。

\* 「おもちゃ病院」「年金相談」はいつでも申し込めます。

## 歩こう会 参加者募集

気持ちの良い季節です。一緒に歩きませんか？

日 時: 11月 9 日 (土) 10:00 コミセン出発

9:30 受付 14:30 頃解散予定

コース: 釣川~八所宮 (約 7 キロ)

\* お弁当、水筒をご持参ください。歩きやすい服装、靴で。タオルも忘れずに！

\* 申し込み不要。詳しくは 10/15 号の回覧見てね。

## エコ石鹼つくり講座 参加者募集

環境と手肌にやさしい石鹼を作りましょう!!

日 時: 11月 14 日 (木) 9:30~12:30

場 所: エコロ館 (9:30 にコミセン集合)

※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

服 装: 長袖・長ズボンでお越しください。

申込み: 赤間コミセン(TEL:39-7051)に電話でお申し込みください。(先着 12 人)

9月7日(土)

# 地震発生! さあどうする?

市から発信。

宗像市一斉の防災訓練が実施され、指定避難所であるコミュ二ティ・センターにも地域住民が避難してきました。

この防災訓練は、宗像市で震度6強の地震が発生したと想定して実施されました。今回の訓練は、昨年の情報伝達訓練に加え、避難所までの避難訓練を行いました。

午前8時58分に地震発生の緊急情報がサイレンの吹鳴、登録者メール、屋外スピーカー、個別受信機、エリアメールなどで

エアーベッドを膨らます参加者(コミュセン)

情報を受信したみなさんは、一時避難所の公民館、さらに指定避難所である城山中学校、赤間小学校、赤間コミセンへと避難しました。

各避難所への訓練参加者は総勢740人。

各自で避難所までの所要時間や経路について確認しました。

参加者からは、非常食の購入についての質問などもあり、万一の災害発生時の意識付けができたのではないかでしょうか。

各自治区からは、「防災グッズの点検は初めてだったたが、器具の種類や扱い方を知つてもらえて良かった」

「できたばかりの自主防災組織なので、今後は活性化に取り組んでいきたい」など意見が寄せられました。



今後もいろいろな想定をした防災訓練が実施されると思いますが、可能な限り積極的に参加したいものです。(事務局)

## ワクワクWORK

9月10日～13日の4日間、城山中学校2年の河村風太さん(右)と平田直也さん(左)が文化祭の準備や防犯パトロール、健康教室など職業体験をしました。



### つくってみませんか

#### 《材 料》(4人分)

あじ	60g × 4切れ
酒	大さじ1と1/2
生姜汁	大さじ1と1/2
(香味ソース)	
しょうゆ	大さじ1と1/3
酢	大さじ1と1/3
砂糖	大さじ1と1/3
ごま油	小さじ1
にんにく	1かけ
ショウガ	10g
レモン汁	小さじ2
青しその葉	4枚
(付け合わせ)	
トマト1個、グリーンリーフ60g 赤ピーマン・緑ピーマン各1個	

### 焼き魚の 香味ソースかけ

#### 《作り方》

- ① あじをバットに並べ酒と生姜汁をかけて10分置く。キッチンペーパーで水気を取る。
  - ② ①をグリルで焼く。
  - ③ (香味ソースを作る)  
にんにく、ショウガはみじん切りにする。ボウルでほかの材料と一緒に混ぜておく。
  - ④ 付け合わせのトマトはくし形に切る。グリーンリーフは洗ってちぎる。  
赤・緑ピーマンは薄切りにして茹で水気をしぶる。
  - ⑤ 皿に付け合わせの野菜を盛りつけ、魚の上にせん切りの青しその葉を乗せ、香味ソースをかける。
- (1人分の栄養価 128Kcal)



【健康福祉部会 食生活改善推進会】