



赤間地区コミュニティ事務局だより

話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

第 26 号

平成 18 年 9 月 15 日

発行

赤間地区コミュニティ事務局(赤間公民館内)

事務局(赤間公民館内)

TEL: 0940-32-5640

10月8日(日) 10:30~16:30

赤間商店街通り



大道芸まつり

今年もやってきました!

大道芸・おどってん祭・赤間太鼓

お願い

駐車場は、城山中学校や働く女性の家などを看板で案内しておりますが、当日はたくさんの方の自動車が利用されると考えられますので近郊の方はできるだけ歩いてご参加ください。

(写真はすべて去年のものです)

今年も上記のように大道芸の芸人を迎えて大道芸まつりを開催いたします。当日は大道芸の他に宗像市のおどってん祭のみなさんを中心に県下の仲間が元気良くおどりで練り歩きます。また、赤間太鼓のみなさんが楽しく勇壮に太鼓を演奏いたします。通りには、つきたての餅、地元で取れた農産物や各種フリーマーケットが出店します。大道芸まつりは、例年子どもから大人まで大勢の人達が楽しみにしています。

「連帯・文化・食」で
楽しい大道芸まつりにご案内いたします。



←今年も餅つき大会があるよ!



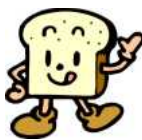
←おどってん祭が街道を練り歩くよ♪

給食試食会のご案内

城山中学校では、学校での食育活動を理解していただき、また、家庭での食生活向上の一助にさせていただくため、学校給食試食会を実施します。保護者のみなさんはもちろん、地域のみなさんも、是非参加してください。

- 日時：10月10日（月）
午後0時15分～午後1時30分
- 場所：城山中学校
- 募集人数：先着30人
- 申込方法：9月25日（月）までに城山中学校（Tel.32-3039）へ直接電話で申込み
- 費用：1人 255円
当日学校で支払い。
おつりがいらぬよう、小銭をご用意ください。

子どももの食育



作りたいものです。
正しい食事で、元気な体を作りたいものです。

楽しく作りました 夏休み親子料理教室



健康福祉部会主催の親子料理教室を8月25日に働く女性の家で行いました。地区内の7組16名の親子が参加して楽しく料理をしました。

当日の献立は、スタミナサンドおにぎり・冷奴サラダ・みそ汁・バナナのジュースで、毎日の朝食の参考になるものでした。朝ごはんは、体と脳を活発に動かすエネルギーのもとです。朝ごはんを必ず食べ、規則正しい食事で、元気な体を作りたいものです。

健康福祉部会・環境整備部会合同

講演会のご案内

日にち：平成18年10月14日（土）
時間：午後2時～4時頃
場所：働く女性の家
内容：

①『メタボリックシンドロームと動脈硬化』
“わが国の死亡原因の2位と3位は脳卒中と心筋梗塞ですが、その主な原因は動脈硬化によるものだそうです。”

【講師】赤間病院 副院長 循環器科専門医
三宅 陽（よう）先生

②『住宅防火について』
“一般住宅の防火と平成21年6月1日までに設置を義務付けられた火災報知機のことについてお話しします。”

【講師】宗像地区消防本部 予防課

*参加費・申込は必要ありません。

コミュニティセンター活用推進委員会を発足

8月31日に委員会を発足しました！
目的…コミュニティ・センター新設により、コミュニティ活動がより推進されるよう地区住民が交流するための環境の整備を行う。
メンバー…役員2名、各部会代表
区長代表、有識者、市職員（計12名）

市税等の納付は口座振替が便利

- 1、口座振替のできる市税又は料金
市県民税・固定資産税・国民健康保険税
軽自動車税・介護保険料
- 2、口座振替の申込方法
①通帳②届出印③納税通知書等をお持ちのうえ、振替を希望する金融機関の窓口で手続を行ってください。
※市役所では登録できません。
- 3、お問い合わせ先
収税課 36-5392

9月・10月 行事予定表

9月・10月の 巡回健康相談

日	曜	行 事
9/15	金	赤間地区コミュニティ健康相談
16	土	健康セミナー(赤間病院)
17	日	
18	月	敬老の日
19	火	第4回 コミュニティ役員会
20	水	
21	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会)
22	金	ストレッチ体操(ヘルス推進員)
23	土	秋分の日
24	日	親善ソフトボール大会(公民館活動部会)
25	月	
26	火	第1回 まちづくり計画 ワークショップ
27	水	
28	木	
29	金	歩こう会(ヘルス推進員)
30	土	
10/1	日	
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	大道芸まつり
9	月	体育の日
10	火	城山中学校学校給食試食会
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	講演会(健康福祉部会・環境整備部会)

10/24 ダンベル体操

問合せ: ミニ事務局 ←

日 程: 9月15日(金) 午前のみ
受付時間 9:30~11:30

場 所: 働く女性の家

*** 1日3食、3つの栄養素をそろえましょう ***
朝ごはんは不足しがちです。忙しい朝でもしっかりと摂りましょう!

- 1、主食: ご飯・麺類・パン
 - 2、主菜: 魚・肉・卵・大豆製品など
 - 3、副菜: 野菜料理を1食に1皿以上
- ※ 汁物は1日に2杯以内にしましょう。(3杯以上では塩分のとりすぎにもなります)

10月は...

日 程: 10月18日(水) 午後のみ
受付時間 13:30~15:30

場 所: 働く女性の家

赤間病院の 健康セミナー



動脈硬化が死を招く!

「生活習慣病と動脈硬化」

講 師: 赤間病院 副院長

循環器科専門医 三宅 陽 先生

日 時: 9月16日(土) 午後3時~

場 所: 赤間病院 4階会議室

※参加は自由・無料です。お気軽にどうぞ。

【問合せ】赤間病院 Tel: 0940-32-2206

ストレッチ体操

日にち: 9月22日(金)

時 間: 10:00~12:00 (受付 9:30)

場 所: 働く女性の家

講 師: アクアドーム運動指導士

※動きやすい服装でお越しください。

歩こう会



日にち: 9月29日(金)

時 間: 9:30~12:00

集合場所: 働く女性の家

目的地: 城山周辺の史跡めぐり

持ち物: タオル・水筒・歩きやすい服装

※陵巖寺周辺の正法寺・妙善寺・羅神社・

天満宮を散策し、レクリエーションがあり

ます。雨天の場合は中止です。

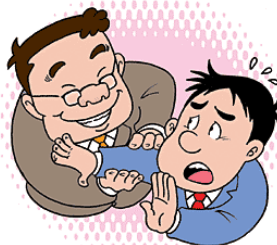
宗像市消費者センターからの

最新情報

販売目的を隠す！！ アポイントメントセールス

☆相 談☆

「独身男性の意識調査に協力してほしい」と電話で事務所に呼び出された。そこで、宝石とオーダースーツを勧められ購入したが、解約できないか。(20代 男性)



宗像市消費者センター
TEL 33-5454
FAX 33-5469

☆アドバイス☆



これは、販売目的を隠して呼び出した消費者に、高額な商品やサービスを契約させる商法で、アポイントメントセールスといわれるものです。特定商取引法では訪問販売として規制されています。アポイントメントセールスは若い人が狙われているようです。契約場所も車の中や喫茶店、事務所など様々です。

アポイントメントセールスで契約した場合、法律に基づき契約書面を受け取ってから

8日以内ならクーリングオフ（無条件解除）をすることができます。

8日間を過ぎていても、事業者の不適切な行為など契約時に問題があった場合、契約の取消しができる場合もあります。

- * 不明確な誘いには十分注意しましょう。
- * 不必要な商品を勧められた場合は、毅然と断わりましょう。

困ったなどと思ったら消費生活センターへ相談してください。

つくってみませんか？

～朝食を作ってみましょう～

スタミナサンド おにぎり

親子料理教室
のレシピです。



《材 料》(4人分)

米	2合 (300g)
玉ねぎ	中1/2個
合びきミンチ	120g
油	小さじ1
塩	小さじ1/2
カレー粉	小さじ1
酒	大さじ2
水	大さじ2
片栗粉	小さじ1
手巻きのり	8枚

《作 り 方》

- ① 米は普通に炊飯器で炊く。
- ② 具をつくる。玉ねぎをみじん切りにする。なべを火にかけ、油を敷き、玉ねぎと合びきミンチを炒める。
- ③ 塩とカレー粉で調味し、酒と水を入れて、片栗粉と同量の水で溶いた水どき片栗粉でトロミをつける。
- ④ のりにご飯と具をのせる。まわりにご飯が見える部分を残しながら、平らに折りたたみ、手で押してご飯の部分をくつつける。ぬれた包丁で半分に切る。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)

編集後記

10月からセンターの建設が始まる予定ですが、センター開館までに少しでもソフト面を充実させようと役員はじめ区長さん・部会員さんが頑張っていていらっしゃいます。「コミュニケーション・センター活用推進委員会」「まちづくり計画ワークショップ」等の報告も今後随時していく予定です。

赤間地区コミュニティ事務局