



みんなにやさしい町に 障がい体験学習会



山下講師のお話に聞き入る参加者

3月8日(日)、当センターで「障がい体験学習会」が開かれました。健康福祉部の主催で福岡教育大学の学生6人を含む約50人の参加者がありました。

宗像市の障がい者は総人口の4%にあたる4053人とされており、よそごとでは無い身近な事です。

第一部は、山下浩二講師の体験講演がありました。山下講師は、現在43歳ですが、20歳の時バイク事故のため下半身が不自由になりました。一時は落ち込んで自殺も考えたそうですが、「自分より重症の人もいる・周囲が必死で支えてくれた」のが立ち直りの要因とのことでした。

治療・リハビリに必死で取り組み、立派に社会復帰され、現在は営業の仕事がされています。スポーツ等もエンジョイされており、健常者も難しいスキーは特殊な器具でこなしておられます。

第二部は、屋外で車椅子の体験です。福岡教育大学の西崎先生による車椅子の取り扱いについて親切・丁寧な説明の後、実地体験でした。その感想は段差が多くて苦労したこと、車椅子にとって段差は最悪の障害ですね。

屋内では日本赤十字看護大学の酒井先生による器具をつけての妊産婦・目や体の障がい体験がありました。酒井先生の1歳と3歳のお子様の面倒をみながらの仕事ぶりに感銘を受けました。

いろいろな体験を行いました



車椅子の体験



妊産婦体験



目や体の障がい体験

地域健診のお知らせ

健診日：平成21年5月29日（金）
5月30日（土）

会場：赤間地区コミュニティ・センター

申込締切日：5月14日（木）

申込み方法：

国保被保険者は個別の案内通知に同封のハガキで申し込みを。その他の人は、健康づくり情報誌「いきいき」13ページ（右下）の緑色のハガキで申し込みを。



【問合せ】国保医療課 健診指導係

TEL：36-1331

一訂正とお詫び

4月1日に配布しました「赤間地区コミュニティ・センター 21年度定期利用一覧表」で下記2団体が入っていませんでした。訂正してお詫びいたします。なお、一覧表は随時更新してセンター窓口に置いています。ご利用ください。

☆「雪心習字教室」…毎週木曜日（15～18時）
カルチャールームA・小原薫（TEL：32-7241）

☆「生花嵯峨御流 いけばな教室」…
第1.3.4土曜日（9～12時）
カルチャールームA
吉高栄治（TEL：093-222-0290）



田久区浸水対策工事進む

田久区が長年要望されていた森都病院近くの浸水問題につきましては、20年度から2カ所の水路の拡幅工事が始まっています。この水路の拡幅工事は、21年度にも引き継がれ工事が進められます。

田久区のTさんは「浸水対策として、この水路拡幅工事に期待しているが、現在のような異常気象では根本解決になるのか心配するところもあります。曲地区などに調整池を新設することを検討してほしい」と話されていました。

赤間地区コミュニティ・センターの事務局員を募集!

募集人員：夜間職員 1人

資格：赤間地区内居住で、パソコン操作が可能な方・普通自動車運転免許を所有する方

勤務日数：週3日程度（休日勤務あり）

勤務時間：17:00～22:00

応募方法：4月1日の回覧をよくご覧になり、4月22日（水）までに申込んでください。

宗像市消費者センターからの

最新情報



☆相談☆

「最初で最後の通知」
「12億円の当選者特定過程最終段階の通過のために、5000円の事務手数料を添えて返送してください。」などと書かれた航空便が、オーストラリアや中国から立て続けに5通も届いた。申し込みもしていないのに不審に思う。(80代 男性)

宗像市消費者センター

「高額賞金獲得」などと海外から封書が届いても返信は禁物!

☆アドバイス☆



応募もしていないのに、賞金が当選することはありません。返送用紙には、クレジットカードの番号、有効期限、本人確認のサインのかわりとなる『CVV番号』を記入するようにとあり、それらの情報を記入して返送すると、海外でクレジットカードが不正に利用される危険性があります。また、相手の連絡先が海外のために連絡が取りにくく、解約が非常にむずかしい状態となってしまいます。このような封書が届いても無視することが肝要です。世の中にうまい話はないことを肝に銘じておきましょう!

※カードの裏面のサイン欄に記載されている番号の下3桁か4桁

TEL：33-5454・FAX：33-5469

4月・5月 行事予定表

日	曜	行 事
4/15	水	公民館活動部会
16	木	
17	金	健康教室(ヘルス推進員)
18	土	
19	日	
20	月	休館日
21	火	地域づくり部会
22	水	
23	木	
24	金	
25	土	「たがわ21 女性会議」の劇(女性の会)
26	日	
27	月	休館日
28	火	
29	水	昭和の日 コミュニティ臨時役員会
30	木	
5/1	金	
2	土	
3	日	休館日 憲法記念日
4	月	休館日 みどりの日
5	火	休館日 こどもの日
6	水	振替休日
7	木	
8	金	健康教室(ヘルス推進員) 区長会
9	土	コミュニティ運営委員会
10	日	
11	月	休館日
12	火	コミュニティ役員会
13	水	
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	



—お知らせ—
ゴールデンウィーク
中(3~5日)休館と
なります。



ヘルスの健康教室

日 時：平成21年4月17日(金)
10:00~12:00(受付9:30~)

場 所：多目的ホールA・B

内 容：玄米ニギニギ体操・お手玉遊び

講 師：石松体育指導員・ヘルス推進員

参加費：無料 申込み：当日会場で

日 時：平成21年5月8日(金)

10:00~12:00(受付9:30~)

場 所：多目的ホールA・B・C

内 容：ケアビクス・フォークダンス

講 師：ヘルス推進員

参加費：無料 申込み：当日会場で

*動きやすい服装でお越しください。

*上靴をお持ちください。

劇「まかんと生えん」

劇団「たがわ21 女性会議」

日 時：平成21年4月25日(土)

13:00~13:50(受付12:30)

場 所：多目的ホール

内 容：女性の社会参加とは?女と男の役割
をおもしろ、おかしく演じます。

参加費：無料。お気軽にどうぞ!

*詳しくは、4月1日の回覧をご覧ください。

葉山コーラス10周年記念コンサート

日 時：平成21年4月29日(祝・水)

13:30~15:30

場 所：多目的ホール

参加費：無料

♪プログラム♪

第1部：アメフリ・七つの子 他

第2部：青い山脈・小さな喫茶店 他

第3部：シンフォニージュニア合唱団宗像
独唱(山内)・独唱(重住)

連弾(安藤・花田)

第4部：風になりたい

山寺のおしょうさん 他

問合せ：中村 知子(33-0070)

赤間地区コミュニティ運営協議会総会

平成21年5月24日(日)10:00~

親子で遊んで歌って集いっぺり

あかまながよしサロン



おでかけ音楽隊に夢中

と踊ろう」の大塚先生と体を動かしながらの親子遊び。先生の心地よい声とりズムに乗って親も子もリズムクスしたところで、おでかけ音楽隊による歌と音楽で楽しみました。

3月22日(日)青少年育成部会主催の「あかまながよしサロン」が開催されました。当日はあいにくの雲行きでしたが、部屋の中は明るくて暖かい雰囲気ですばいでした。

お楽しみ会では、いつものサロンの内容を少しグレードアップ。まず初めは「風

「動物園へ行こう」をテーマに動物が描かれたパネルを使いながら、「象さん」から「ポニョ」まで8曲をみんなで歌い、その後、少し大人向けに主任児童委員の安部洋子さんの伴奏による永田みどりさんのソプラノで「花」と「一日に何度も」の本格的なソロ演奏を聴いて優雅な気分になりました。

そして、最後はおにぎりと青少年育成部会特製のぶた汁をおなかいっぱい食べ



てにぎやかに歓談しながら、20年度最後の事業を終えました。

今年度は、7月16日(木)10時から当コミュニティ・センターキッズルームでなかよしサロンが始まります。

赤間地区の野鳥



やつがしら(旅鳥) 撮影場所: 名残川

◎南から北に移動の途中、宗像で一休み。「瞬でしたので逆光が残念。写真提供: 田添忠夫 (フィールドスコープ + sonyp150)

つくってみませんか?

いちごチーズケーキ



今が旬!

《材 料》(4人分)	
クリームチーズ	100g
砂糖	20g
ヨーグルト	50g
生クリーム	40g
ゼラチン	5g
水	大さじ2
レモン汁	大さじ1
いちご	4個
ビスケット	4枚



《作 り 方》

- ① 深めの器にラップをひろげ、ビスケットを敷く。
- ② いちごは縦に4等分する。
- ③ ゼラチンは水に振りいれ、ふやかす。
- ④ クリームチーズを20秒レンジにかけ、やわらかくする。
- ⑤ ④に砂糖を加えてよく混ぜる。
- ⑥ ⑤にヨーグルト・生クリーム・レモン汁を加えて混ぜる。
- ⑦ ③のゼラチンを電子レンジに30秒かけてとかし、⑥に加えてよく混ぜる。
- ⑧ ①の器に⑦を流し入れ、いちごを入れて、ラップをとじてゴムでしばる。
- ⑨ 冷蔵庫で冷やし固める。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)

リボンをつけておしゃね!

