



赤間地区コミュニティだより

# 話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

第 60 号

平成21年7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>

## ファインプレーやクリーンヒットが続発!

## 梅雨晴の中で、熱戦が続きました



6月14日(日)、城山中学校グラウンドで赤間地区コミュニティ公民館活動部会主催のソフトボール大会を開催しました。

大会には10の自治区から13チームが参加しました。選手には女性、中学生、現職の社会人、60歳代の方など、それぞれに特徴あるチームが参加しました。

試合は、クリーンヒットやファインプレーも随所に見られ、大量得点や逆転の試合があり熱戦が続きました。家族や自治区からの力強い声援もあり、地域ぐるみのソフトボール大会になっているようです。

桜区や桜美台区では、コミュニティのソフトボール大会をきっかけにチームをつくり、今では恒常的なクラブチームとして他の大会にも参加し、地域の交流ができています。とうれしい話を聞きました。

開会式の様子



た。選手の方が、「勝っても負けても今日は打ち上げもある」と楽しそうに話されていました。

今年のAパートの優勝は、石丸B、準優勝は桜B、準優勝は緑町でした。朝早くから準備にかかわっていた公民館長のみなさん、審判をしていただいた赤間リーグのみなさんには心からお礼を申しあげます。

# 仲間を募集します！

## 赤間地区シルバー農園 名残ダッシュ村

名残にある小さな村「ダッシュ村」で仲間を募集します。安全安心なおいしい野菜を作りますか？（本紙5月15日号で紹介）

- ・対象：赤間地区にお住まいの60歳以上の方
- ・会費：1,200円（年間）
- ・募集人数：1人 1区画（約5坪）  
応募多数の場合、抽選となります。
- ・申込み方法：赤間地区コミュニティへお電話で申込んでください。（TEL：39-7051）
- ・申込み〆切：7月31日（金）まで  
（赤間地区福祉会）

### ニュース

#### ～赤間保育園児の田植え実習～

6月24日、「ダッシュ村」の隣の田んぼで赤間保育園年長組「つきぐみ」が田植え実習を実施。6月の雨不足で実施が心配されましたが、ダッシュ村のメンバーも

一役かって準備が整いました。除草剤を使わずに育て、秋には保育園で餅つき大会をするそうです。



園児の田植え風景

## 赤間宿観光ボランティアガイド

赤間(馬)は歴史的に由緒ある地域で、年々訪れる方も増えています。赤間宿の観光ボランティアガイドの仲間を募集します。

一緒に学びながら進めていきます。歴史に興味ある方、参加してみませんか？

人との出会いは気持ちが癒されますよ。

〈ボランティアガイド勉強会〉

第1回 8月1日（土）9:30～12:00

以後、数回の勉強会を予定しています。

- ・申込み方法：赤間地区コミュニティへお電話で申込んでください。（TEL：39-7051）
- ・申込み〆切：7月31日（金）まで  
（地域づくり部会）

### ニュース

#### ～赤間宿を地域づくり部会員が案内～

6月28日、前原市から赤間宿に訪れた方たちを案内しました。



須賀神社前にて

## 宗像市消費者センターからの最新情報



### ☆相談☆

昨日、「屋根や床下を無料で点検する」と訪問してきた業者に「瓦がずれている。このままでは、次の台風で雨漏りする」と言われ、高額な瓦の全面葺き替え工事を契約。解約したい。（70代 男性）

### ☆結果☆

今回は、クーリング・オフ期間中(8日間)だった為、契約解除通知のハガキを出すことで解約できました。クーリング・オフ期間が過ぎても、販売方法などに問題があれば、解約できる場合もあるので消費者センターへ相談してください。

## 屋根や床下の点検商法に注意！



### ☆アドバイス☆

#### \* 即断での契約は禁物！

- ・業者の言葉をうのみにせず、見積もりを取って工事内容をよく検討し、家族や身近な人に相談しましょう。
- ・市では、『住マイむなかた』（☎37-2525）で、住まいに関する事前の相談を受けています。専門家の助言を参考にするのもいいでしょう。

# 7月・8月 行事予定表

日	曜	行 事
7/15	水	
16	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会) 視察研修(環境整備部会)
17	金	青少年育成部会
18	土	ゆ〜ゆ〜プール OPEN(8月31日まで)
19	日	
20	月	海の日 休館日
21	火	役員会
22	水	人権講演会(市)
23	木	
24	金	健康測定会 公民館活動部会
25	土	
26	日	視察研修(地域づくり部会)
27	月	休館日
28	火	
29	水	
30	木	
31	金	
8/1	土	ボランティアガイド勉強会(地域づくり部会)
2	日	ドッジボール大会(青少年育成部会)
3	月	休館日
4	火	
5	水	健康福祉部会
6	木	ゴキブリ殺虫剤・ダンボールコンポスト講座 環境整備部会
7	金	女性部会
8	土	ニュースポーツ&玄米ニギニギ体操講習会
9	日	
10	月	休館日
11	火	
12	水	
13	木	休館日
14	金	休館日
15	土	休館日
16	日	休館日

〜健康測定会〜  
【広陵台2丁目  
集会所】  
広陵台1・2・3・  
4・5丁目  
9:30~11:30  
13:30~15:30



詳しくは、7/15  
の回覧を見てね!

8/13(木)~8/15(土)  
燃やすごみ収集休み

## あかまなかよしサロン

日 時：7月16日(木) 1000~12:00  
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  
問合せ：主任児童委員  
安部(32-2377)・永田(32-1540)



## ゆ〜ゆ〜プール OPEN!

営業期間：7月18日(土)~8月31日(月)  
オープン期間中は無休で営業  
営業時間：9:30~18:00  
利用料金：一般(520円)・中高生(420円)  
4歳~小学生(310円)  
その他：お弁当プラン・ゆ〜涼みプラン  
団体割引などお得なプランあり。  
問合せ：宗像ユリックスアクアドーム(37-1377)

## 人権講演会のご案内

日 時：7月22日(水)  
13:30~15:00  
場 所：宗像ユリックス・ハーモニーホール  
テーマ：「わたしが変わる わたしを変える」  
~身近な人との出会いや関係を通じて~  
講 師：近畿大学人権問題研究所  
熊本理抄さん  
参加費：無料 託児あり(要予約)  
問合せ：人権対策課 TEL(36-1270)

## ニュースポーツ&玄米ニギニギ体操

日 時：8月8日(土)  
9:45~12:00(受付9:15~)  
場 所：多目的ホール  
内 容：『指導者養成のための講習メニュー』  
玄米ニギニギ体操  
ニュースポーツ  
参加費：無料  
申込み：当日会場で  
持ち物：上履き・飲み物・タオル  
\*動きやすい服装でお越しください。



8/13(木)~8/16(日)  
お盆のため休館です

[17日(月)は定休日]

# より身近な場で健康づくりのお手伝い

各自治区で健康測定会を実施

健康福祉部会主催の健康測定会が6月26日から始まりました。今年度は、少しでも多くの方に参加してもらえるように自治区の公民館を利用して実施しています。

26日は葉山公民館と緑町公民館に100人以上の方が訪れ、マ

ルチ周波数体組成計や加速度脈拍計、握力計などを使っての測定。測定後、保健師による指導を受けました。自分の体力や健康状態に関心を持つよい機会になったようです。

開催する自治区にはチラシを配りますので、ぜひご参加ください。



足指力測定の様子



がいつぶり(留鳥) 撮影場所：富地原

◎ため池・小川に生息し、ひゅるると鳴いてよく潜ります。  
フィルドスコープ+デジカメ  
写真提供 田添忠夫

## 赤間地区の野鳥

6月27日、赤間病院の三宅陽先生を迎え、講演会を開催。52人が参加しました。



肥満と動脈硬化のかかりについて詳しくお話をしていただきました。

つくってみませんか?  
～おいしい宗像の魚を食べよう～

## 魚のねぎソース

副菜には、野菜や海藻類をたっぷり使った和え物などにするといいよ!



### 《材料》(4人分)

魚(白身)	60g×4切れ
酒	大さじ2
塩	少々
生姜	1かけ
深ねぎ	1/2本
しょうゆ	大さじ1と1/2
酒	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ1と1/2
いりごま	大さじ1
ごま油	小さじ2
チンゲン菜	2株
ミニトマト	8個



### 《作り方》

- ① 魚は皮を下にして、バットに並べ、塩をふり、薄くスライスした生姜をのせ、酒を回しかけて、少しおく。
- ② ①の魚を蒸気の上上がった蒸し器に入れ、中火で10～15分ほど蒸す。
- ③ チンゲン菜は根元に十文字の切り込みを入れ、沸騰した湯でゆでて、水気を絞り、縦に4等分にする。
- ④ 深ねぎをみじん切りにし、Aの調味料とまぜ合わせてねぎソースをつくる。
- ⑤ 魚・チンゲン菜・ミニトマトを盛り、④のねぎソースをかける。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)