



話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

楽しいまちづくりが進む新しい団地

12月12日(土)に開催された「第2回自治区活動発表会」は、広陵台2丁目から5丁目の合同自治区及び桜美台区が開催した敬老会の活動が発表されました。

広陵台では、昨年まで丁目ごとに敬老会を開催したり記念品を配ったりしていましたが参加者が少ない敬老会でした。今回は2丁目から5丁目の区長さんたちが話し合っって合同で敬老会を開催することを決め、対象者76人に呼びかけたところ31人の方が参加されました。

地域の方の詩吟や福岡教育大学落語研究会の落語、第二赤間保育園園児のダンスなどの出演、出席された93歳

の方の感動的あいさつがあったことなどを生き生きと語られました。

参加者や合同開催を決めた区長さんたちも「合同で敬老会を開催してよかった」「来年も合同でやろう」という意見で一致したと報告されました。

2番目に報告された桜美台区は、平成11年に街開きされ、現在、328世帯、1185人が生活しています。新しい団地ということもあり、敬老会の対象者は27人です。昨年も敬老会を開催したのですが参加者が少なかったため、今年は催し物を書いたチラシで案内しました。



広陵台2丁目下田区長の発表

当日の参加者は、役員を含め11人でしたが、赤間地区の



桜美台清水区長の発表

民生児童委員のおでかけ音楽隊による歌と演奏が楽しく、笑顔で歌ったり参加者の方が持参したサククスで共演されたり大いに盛り上がったそうです。参加者から「来年も参加したい」とうれしい声があつたと報告されました。新しい団地の報告でしたが、来年の敬老会が楽しみです。

その後、宗像市から神谷課長が「コミュニティ活動の歴史と成果」、北九州大学准教授の森先生が「自治会のこれまでとこれから」と題して講演がありました。(事務局)



コミュニティは地域の安全、健康、福祉、子育てなどの活動を皆様のご参加とご協力でご進めてきました。活動の成果は、皆様のお力添えの賜物です。心から感謝申し上げます。

新しい年が皆様にとり、良一年になることを祈念いたします。

平成22年1月

赤間地区コミュニティ

運営協議会



新調の碁盤で熱い対局

今年度も待ちに待った囲碁大会が開かれました



ということでも2回続いて参加された人もいました。

普段はほとんどコミュニティセンターに足を運ぶことのない男性の方々が、センターの施設・活動なども見学していました。

囲碁は認知症予防にも良いとされ年齢・性別に関係なくできますので、次の大会への参加をお待ちしています。パートごとの優勝者は次の通り、賞品は精米したばかりの「こしひかり」でした。

(広報委員会 田添)

第2回赤間地区コミュニティ運営協議会主催の囲碁大会が今回新調の「新かや」製碁盤で12月13日(日)に開かれました。参加者は40人で、ほとんどが60歳以上の男性です。

高齢化による膝・腰の故障の方が多いのですが、当大会は椅子に座っての対局のため楽であり、また会場がきれい

パート	氏名
1	伊藤 雄
2	岡田 寅彦
3	原田津田生
4	塚本 幸人
5	瀧井 浩志
6	井上 隆義
7	有友 茂成

敬称略)

ゴミ拾い活動に表彰状

昨年11月、「広陵台1丁目有志」の活動が宗像地区環境衛生連合会から表彰を受けました。

平成17年1月に有志6人で始めて満5年が過ぎ、現在は5人で継続。これからもお互いにゴミ拾いを「他山の石」としながら健康を兼ねて続けていきます。(平田)



(後列) 亀沖了さん・今村浩之さん
(前列) 平田英子さん・平田利之さん・林亮一さん

宗像市消費者センターからの最新情報

販売目的を隠して訪問する業者に注意!

☆事例☆



「メガネのお手入れをします」と訪問してきた業者から30万円のメガネを勧められた。高いと思い、断ったら「10万円値引きします」と言われ、購入する気はなかったが、つい釣られて契約してしまった。(70歳代 男性)

「布団のクリーニングをしませんか」と訪問してきた業者に「カビが生えていてクリーニングできない」と言われ、業者が勧める高額な羽毛布団を契約。(80歳代 女性)



☆アドバイス☆

最近、事例のように販売目的を隠して訪問する手口が増えています。

本当の目的が何なのかを慎重に確認して、安易にドアを開けたりしないように注意しましょう。

もし、断わり切れずに契約してしまっても、契約書面を受け取った日から8日以内であれば、通知ハガキを出すことで、クーリング・オフ(無条件解除)ができます。おかしいな?と思ったら、消費者センターへ相談してください。

宗像市消費者センター

TEL : 33-5454 • FAX : 33-5469

1月・2月行事予定表

日	曜	行 事
1/15	金	区長会・健康教室(ヘルス推進員)
16	土	
17	日	新春のつどい
18	月	休館日
19	火	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	
23	土	
24	日	
25	月	休館日
26	火	卍澡麩焚哲陌儔
27	水	21年度に健康測定をされた方を対象に行います。対象者には別途ご案内します。 時間：10:00～12:00
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	測定結果報告会(健康福祉部会)
2/1	月	休館日
2	火	
3	水	健康福祉部会
4	木	環境整備部会
5	金	女性部会
6	土	2月21日(日) 宿問宿まつり
7	日	
8	月	休館日
9	火	
10	水	
11	木	建国記念の日
12	金	区長会・健康教室(ヘルス推進員)
13	土	
14	日	
15	月	休館日
16	火	役員会
17	水	広報委員会

ヘルスの健康教室

日 時：1月15日(金) 10:00～12:00
場 所：多目的ホール
内 容：玄米ニギニギ体操・ケアピクス
講 師：高井先生
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
玄米ニギニギ棒(お持ちの方)
*動きやすい服装でお越しください。

あかまなかよしサロン

日 時：1月21日(木) 10:00～12:00
場 所：キッズルーム
対 象：0～3歳児の親子
内 容：今月は **ぜんざい会** をします。
*申込み不要。参加料無料。
【問合せ】
主任児童委員 安部(32-2377)
永田(32-1540)



2月のボランティア事業

2月6日(土) 学習支援(物理・数学・英語)
2月14日(日) パソコン教室
2月25日(木) 楽しい英会話
2月27日(土) おもちゃ病院
*詳しくは、回覧をご覧ください。



ヘルスの健康教室

日 時：2月12日(金) 10:00～12:00
場 所：多目的ホール
内 容：玄米ニギニギ体操・ストレッチ
講 師：ユリックスアクアドーム
運動指導士
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
玄米ニギニギ棒(お持ちの方)
*動きやすい服装でお越しください。



【訂正とお詫び】

第65号1ページ右下表内の漢字が間違っていました。訂正してお詫びします。

誤：時給率 → 正：自給率

いい汗かいたふれあい登山

12月13日(日)公民館活

動部会主催で城山ふれあい登山を行い、約100人の参加がありました。昨年は雨の影響で残念ながら中止になったので、今年は開催できて部会員一同ホッとなりました。

当日はいつものように福

岡教育大学付属幼稚園前で受付と簡単なストレッチ体



頂上でわかめ体操

操の後、参加賞の赤いバンダナを身につけいざ出発。

頂上では、わかめ体操で心も体もリラックス。日頃の運動不足を感じ、運動を始めるようかなと思っただ方もいたのではないのでしょうか。今後も皆様の参加をお待ちしています。(事務局)

赤間地区の野鳥

◎雄はブルーの羽を持ち美しい。磯の名に反して川の側で普通に見られる。フィールドスコープ+デジカメ 写真提供 田添忠夫



磯ヒヨドリ(留鳥) 撮影場所：名残

男も料理は楽しか

12月10日(木)に食生活

改善推進会(食進会)赤間支部で男性料理教室を開催しました。

私たちは「男性の食の自立を支援します」をテーマにして魚食普及にも取り組んでいます。昨年10月から食進会本部で魚さばき隊が立ちあげられました。今回の男性料理教室では、さばきのベテラン二人に魚さばきを披露してもらいました。

献立は魚のネギソース、いかとえびのマリネ、潮汁(レシピ参照)、デザートはさつまいもかん。

野菜を切ったり、調味料を混ぜ合わせたり、みんな真剣に取り組んでおられました。そして、おいしく仕上げ、楽しんで話もはずみ、みんなで試食しました。「次はいつするのですか」



ばい

「よかったですよ」といつてくださる方。どうなるかと心配しましたが、料理教室をしてよかったと思いましたが、参加してくださいました方、ありがとうございました。(食進会 間宮)



《作り方》

- ① 魚のアラを適当な大きさに切り、塩(分量外)をふり10分ほどおく。
- ② 沸騰した湯に①をさっとぐらせ、冷水で冷まし(霜降り)、流水でよく洗う。
- ③ 昆布だし汁に②を入れ、20分ほど煮る。(途中でアクをこまめにとること)
- ④ 塩を加える。食べやすい大きさに切ったわかめを加える。
- ⑤ 味をみながら、うすくちしょうゆをたす。
- ⑥ 器につぎ、2~3cmの長さに切った三つ葉を飾る。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)

潮汁



《材料》(4人分)

- 魚(白身)のアラ.....1尾分
- 昆布.....10cm
- 水.....600g
- 塩.....小さじ1/3
- わかめ.....40g
- うすくちしょうゆ.....小さじ1
- 三つ葉.....2本

