



赤間地区コミュニティだより

話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

第 78 号

平成23年1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>



城山ふれあい登山(山頂で記念撮影)

**明けまして
おめでとうございます**

赤間地区のコミュニティ活動も皆様方のお力添えで年々充実したものとなっております。今年も皆様方のご参加とご協力をよろしくお願いたします。

平成23年1月 赤間地区コミュニティ運営協議会

自然とのふれあい 心のふれあい



12月12日(日)、落葉舞い散る暖かい日差しの中、赤間地区の子どもから高齢者の方まで約90人が参加され、城山ふれあい登山(標高369m)が開催されました。

福岡教育大附属幼稚園前で受付をし、簡単なストレッチ体操を行い、9時30分に出発しました。皆さん、思い思いのペースで、時折、木立の間からのぞき見える赤間地区の風景を楽しみながら山頂を目指しました。急な階段に息をきらせ、赤、黄、色とりどりの落葉を踏みしめ、心地よい汗を流しました。



山頂でわかめ体操

山頂では、眼下に広がる雄大な玄界灘に心洗われ、しばし自然とふれあい、談笑。笑顔あふれる記念写真を撮りました。大自然のパノラマの中、ヘルス推進員の和田さんの指導のもと、わかめ体操で体をほぐしました。

ひと時の自然とのふれあいの後、全員無事に下山しました。

皆さんと良い汗を流し、さわやかな気分の充実した1日を過ごすことができました。

来年は是非、皆さんも城山ふれあい登山を！

(公民館活動部会 荒牧)

男女共同参画 ってなあに？

11月28日(日)に久留米市男女平等政策審議会委員として活躍されている富永桂子先生をお招きして講演会を行いました。



講師の富永先生

演題は「ジェンダー論を社会に照らし合わせて」で、

ジェンダーに視点を当て、法律・労働・ファッション・メディア・アート等各分野における男女差別、男女の区別なく人権を尊重しなければならぬという話にうなずいたり驚いたりでした。

メディアとジェンダーのお話の中で、ラーメンのCMで「ワタシ作る人、ボク食べる人」と宇宙飛行士山崎直子さんの「ママの夢をのせて」と

という言葉の紹介がありました。この話がとても印象に残りました。

最後に、香椎第三中学校放送部制作のDVD「チェンジ」を鑑賞して、参加者が、それぞれのスタンスで男女共同参画を感じ取っていたようでした。当日は他の様々なイベントと日程が重なり、参加者は26人でしたが、興味深い内容で来てよかったとの声が多数聞かれました。(男女共同参画部会)

*ジェンダーとは、社会的につくられた男女差、社会的につくられた男女別の役割などをいう。

知っていますか？

赤間地区コミュニティ・センターで、宗像市民図書館の本の受け取り(貸出し)・返却ができます。

本を受け取るには、次のいずれかの方法で予約してください。

市民図書館内のホームページ

市民図書館内の利用者端末

*以上の方法で予約するには、利用カード番号とパスワード入力が必要。申請をしていない方は、事前に市民図書館カウンターで申請してください。

予約・リクエストカード

*市民図書館備え付けの予約カードで予約を。

FAX専用リクエストカード

*カードはコミュニティ・センター、図書館で。

【受け取り方】

市民図書館から予約本の準備ができた旨の連絡がきたら、利用カードをお持ちになってコミセン窓口にお越しください。

市民図書館の休館日には本の受け取りが(貸出し)ができません。

【返し方(返却)】

コミセン窓口(10:00~18:00)にお持ちください。他の時間帯でもコミセンが開いている時は返却ポストへ。

宗像市消費生活センターからの 最新情報

☆事例☆

突然業者が訪問し、貴金属を買い取りますと言われた。リングやイヤリングなどのアクセサリーを3万円で売ったが、後で「早まった」と後悔した。業者に返して欲しいと連絡したら、すでに現物は処理したと言われた。



早まったかも・・・

訪問業者に貴金属を買い取ってもらう時は慎重に!



☆アドバイス☆

最近電話や訪問で、貴金属の買い取りを勧誘されたという相談がセンターに複数来ています。貴金属は一旦手放すと事例のように「すでに処理した」と言われ、取り戻せないケースがほとんどです。買い取りの場合、業者の方から勧誘されたとしても、*クーリング・オフができません。即決せずによく検討してから契約しましょう。

*契約して8日間は無条件で解約できる制度

1月・2月行事予定表

日	曜	行 事
1/15	土	
16	日	新春のつどい
17	月	休館日
18	火	公民館活動部会
19	水	役員会
20	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会)
21	金	青少年育成部会
22	土	測定結果報告会②
23	日	
24	月	休館日
25	火	ボランティアガイド勉強会
26	水	
27	木	
28	金	男女共同参画部会
29	土	
30	日	
31	月	休館日
2/1	火	
2	水	健康福祉部会
3	木	環境整備部会
4	金	
5	土	男性料理教室(食進会)
6	日	
7	月	休館日
8	火	詳しくは、チラシ を見てね!
9	水	
10	木	2月20日(日)
11	金	建国記念の日 区長会
12	土	
13	日	自治区活動発表会
14	月	休館日
15	火	
16	水	役員会
17	木	

あかまなかよしサロン

日 時：1月20日(木) 10:00～12:00

場 所：キッズルーム

対 象：0～3歳児の親子

持ってくるもの：子どもさんの飲み物

(大人の飲み物は準備しています)

*申込み不要。参加料無料。

【問合せ】コミュニティ事務局(39-7051)



2月のボランティア事業

2月13日(日) パソコン教室

2月16日(水) 法律相談

2月24日(木) 楽しい英会話

*学習支援は2月・3月はお休みします。

*おもちゃ病院は随時受付。詳しくは、回覧をご覧ください。予約をしてお越しく下さい。



男性料理教室参加者募集

日 時：2月5日(土) 10:00～12:00

場 所：調理室

参加費：1人100円

糖尿病予防食(予定)

定 員：20人程度(締切り2月1日)

申込み：事務局へお電話で(39-7051)

*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18日(金) 10:00～12:00

場 所：多目的ホール

内 容：玄米ニギニギ体操・ソフトヨガ

講 師：日並八千代先生

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下さい。

親子料理教室参加者募集

日 時：2月26日(土) 9:30～13:30

場 所：調理室

参加費：1人100円

定 員：先着9組20人程度

(締切り2月22日)

申込み：事務局へお電話で(39-7051)

持参品：エプロン・三角巾・ふきん

筆記用具

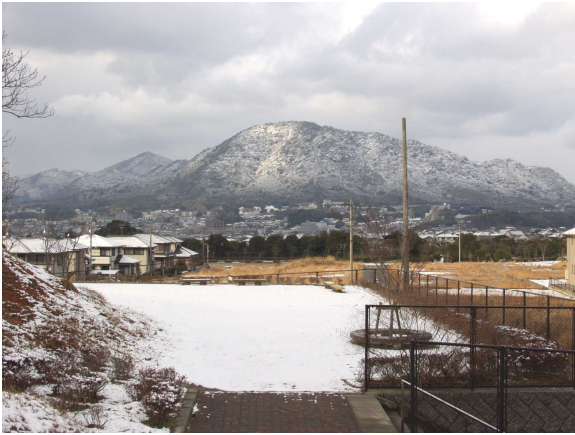


赤間宿まつり

祭

2月20日(日)

さんぽみち



雪化粧の城山（広陵台）
 広陵台古墳公園からの撮影。珍しく雪化粧した城山です。手前の空間の空き地には新築の家が建ちました。【写真提供：田添忠夫】



寒さどばす白熱のドッジボール大会

11月28日(日)、青少年育成部会主催の小学生ドッジボール大会が赤間小学校グラウンドで行われました。

1年生から6年生までの169人が、低学年10チーム、高学年7チームに分かれ優勝を目指してゲームを行いました。学年が異なるどのチームも

上級生がリーダーシップをとり、集合、コートの移動、前後半のメンバー決めなどうまくまとめていました。

低学年のゲームでも投げられるボールは力強く、内野の子どもは一生懸命逃げていました。高学年のゲームになると、パスで内野を追い詰めるなど考えられたゲームになっていました。

優勝は、低・高学年ともCチーム、準優勝は、低・高学年ともGチームでした。

(今年は、事前にくじ引きで決めたチームで対戦しました。)



寒い日でしたが、子どもたちは頑張ったごほうびをもらい、笑顔で大会を終えました。

(広報委員会 中西)

つくってみませんか？

白菜とたらのスープ

《材 料》(4人分)

- 白菜.....200g
- 白ねぎ.....10g
- たら切り身.....80g1切れ
- 酒.....大さじ1/2
- 片栗粉.....大さじ1/2
- 生姜.....2g
- にんにく.....2g
- ごま油.....大さじ1
- 鶏ガラスープの素.....小さじ2
- 水.....3カップ
- 酒.....大さじ1
- 塩.....小さじ1/4
- こしょう.....少々

(1人分の栄養価 46Kcal)

《作 り 方》

白菜は1cm幅のざく切りに、白ねぎ・生姜・にんにくはみじん切りにする。

たらは4等分に切り、酒をふり水気を切って片栗粉をまぶす。

鍋にごま油・にんにく・生姜を入れ火にかけ、香りがでたら白ねぎ・白菜を入れ軽く炒め、水・スープの素を加え5分ぐらい煮る。

に、たらを入れ、火が通るまで煮、酒・塩・こしょうで味を調える。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)

冬は
スープで
あったまろう



白菜



旬は冬。霜にあたると甘みが出て美味。生ではシャキシャキと歯ざわりがある。食物繊維やミネラルが豊富。