



赤間地区コミュニティだより

# 話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

第 105 号

平成25年4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>



毎月十五日は  
喫茶「寄れ寄れ」で  
お茶しよう♪



お客さんの数は当初20人ほどでしたが、だんだんとリピーターや団体の方も増え、3月には90人近く来ていただきました。  
スペシャルメニューとして、1月には「ぜんざい」、3月にはお彼岸の「おはぎ」を用意しましたが、早々に売り切れてしまいました。

毎月15日（15日が休館日の時は翌16日）11時～16時まで。メニューはコーヒーか紅茶にクッキーが付いて値段は百円です。  
食器類は、会員の断捨離やバザーで購入した物を持ち寄り、ユニフォームは赤いエプロンです。  
店名はヨレヨレ（でも元気な店員）であり、寄れ寄れ（おいでの意味）でもあり、すぐに笑って覚えていただいています。

TM A会（どもにまなびあそぶ会）では、昨年10月からコミュニティ・センター奥のサロンで一日喫茶を始めました。  
以前から「地域の人が茶店のよう



3月の「寄れ寄れ」

「ここで久しぶりに懐かしい友人に会えました」「楽しいから来月もまた来ます」などうれしい声を聞かせていただいています。  
地域の人々がふらりと立ち寄り、そこで交流することで友達の輪が少しずつ広がり、いつでも声をかけ合い、つながっていくような場になっ

(TM A会 神野)

それもそのはず、大先輩の場清乃さんの手作りです。からとびきりおいしいのです。



いらっしやいませ!

# お母さんへご褒美講座

母の日を前に、親子で楽しみませんか？  
お母さんはアロマヨガでリフレッシュ！  
子どもはお母さんへのプレゼント作り！

日時：5月11日（土）10:00～12:00

場所：メイトム宗像

材料費：子ども1人あたり1,000円

対象：小学生の子どもと母親

定員：抽選で20組

講師：阪野 浩実さん（ヨガインストラクター）  
元岡 清美さん（プリザーブドフラワー講師）

申込締切日：4月30日（火）

\*託児有（要予約・5か月～就学前）

\*詳細は市広報紙4月1日号をご覧ください。

申込み・問合せ

宗像市男女共同参画推進センター

TEL：36-0250



## 目印はこれ！



4月2日（火）、高齢者の買い物や通院の利便を高めるための『赤間コミュニティバス』の試験運行を開始しました。

1年間、ボランティアの人たちで試験運行を続けて、来年4月からタクシー事業者の運行に移行する計画です。

その間、9月までは、より利用しやすい路線やバス停となるように見直していきます。

コミュニティバスが走るよ

「バス委員会



コミュニティバス出発式の様子 4月2日（火）

バス停には、赤馬のキャラクターの標識を置いていきます。利用するためには、利用者証が必要ですので、利用者証を携帯して乗車してください。2月の締切期限までに申請された方には時刻表と路線図も一緒にお渡ししています。

これからは、随時コミュニティセンターで申請を受け付けます。550人余りの利用申請がありますので、満員通過の場合もあります。あらかじめご了承ください。

## 宗像市消費生活センターから 最新情報

### 事例

「3か月前に注文をいただいた健康食品が出来上がったので送ります。3万円の代金は、配達時に支払ってください。」と電話があった。注文した覚えがない。

どうしたらよいか。



## 注文もしていないのに送られてくる健康食品

☆アドバイス☆

突然見知らぬ業者から「健康食品を送る」と電話がかかってきたがまったく覚えがないという相談が増えています。注文した覚えがなく購入するつもりがないのであれば、あいまいな返事をせずにきっぱりと断りましょう。断ったにもかかわらず一方的に商品が送られてきた場合は、代金を支払わずに受け取り拒否をしましょう。

断りきれずに承諾し商品が届いても、法律で決められた書面を受け取った日から8日間はクーリング・オフ（無条件解約）ができます。心配な時は、消費生活センターに相談をしてください。

宗像市消費生活センター

TEL:33-5454・FAX:33-5469



# 4月・5月 行事予定表

日	曜	行 事
4/15	月	休館日
16	火	公民館活動部会 喫茶『寄れ寄れ』(TMA会)
17	水	地域づくり部会
18	木	あかまなかよしサロン 役員会
19	金	広報委員会
20	土	
21	日	
22	月	休館日
23	火	青少年育成部会
24	水	環境整備部会 健康福祉部会 (予定) ボランティアガイド勉強会 (地域づくり部会)
25	木	男女共同参画部会
26	金	ニギニギ体操教室(健康福祉部会)
27	土	
28	日	運営委員会
29	月	昭和の日 休館日
30	火	
5/1	水	
2	木	
3	金	憲法記念日
4	土	みどりの日 休館日
5	日	こどもの日 休館日
6	月	振替休日 休館日
7	火	
8	水	
9	木	区長会(予定)
10	金	役員会 健康教室(ヘルス推進員)
11	土	歩こう会(健康福祉部会)
12	日	コミュニティ総会
13	月	休館日
14	火	
15	水	

## ゴールデンウィークの 休館日のお知らせ

5月4日(土)  
5日(日)  
6日(月)

## 喫茶「寄れ寄れ」のご案内

コーヒー、紅茶、緑茶とちよこっとお菓子がセットで100円!

毎月15日にopenしています。今回は15日(月)が休館日ですので16日(火)です。

日 時: 4月16日(火) 11:00~16:00

場 所: サロン



## あかまなかよしサロン

日 時: 4月18日(木) 10:00~12:00

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。

直接会場へお越しください。



## ボランティア事業

4月17日(水) 法律相談

4月25日(木) 楽しい英会話

5月 8日(水) 着付け教室

5月11日(土) 介護相談

5月11日(土) 包丁の研ぎ方

5月12日(日) パソコン教室

\*予約受付は、実施月の1日からです。

\*おもちゃ病院・年金相談はいつでも申し込みます。

## ヘルスの健康教室

日 時: 5月10日(金) 10:00~12:00

場 所: 多目的ホール

内 容: 心と体が喜ぶゲーム(ニュースポーツ)  
わかめ体操、玄米ニギニギ体操

講 師: スポーツ推進委員、ヘルス推進員

参加費: 無料

申込み: 当日会場

☆持ってくるもの☆

上履き、飲み物、タオル

玄米ニギニギ棒(お持ちの方)

## 歩こう会参加者募集

日 時: 5月11日(土) 9:30 受付

10:00~14:30 頃

コース: 釣川~明天寺公園(約7km)

集 合: コミュニティ・センター玄関前

\*お弁当・水筒をご持参ください。

\*歩きやすい服装、靴で。帽子・タオルも忘れずに!

\*事前申し込みは不要です。



菅原神社

今回は、コミュニティだより第101号(12月15日発行)でご紹介した「須賀神社」の境内にある菅原神社です。

菅原神社は、本殿の左手奥にある「学問の神様 菅原道真公」の祠です。受験祈願に訪れる人もいますよ。



環境と手肌にやさしいよ



環境整備部会

3月6日(水)に環境整備部会の事業の一つとして、環境と手肌にやさしいエコ石鹸作りの研修と実習を市役所裏のエコ館で開催しました。

コミュニティだより1月号で参加者先着15人を募集したところ、早々に定員になり関心の大きさを感じました。

当日は、「水と緑の会、石鹸部会」の講師から、泡立ち、汚れ落ちもよく、手荒れも少ない

など、廃油の再利用だけでなく、上質な石鹸であることの説明を受けたのち、実際に参加者全員でエコ石鹸を作りました。

それぞれ牛乳パック2個分を作り、講座を終えました。

今回初めての試みでしたが大人気でしたので、今後も続けていきます。

みなさんも、ぜひ参加してみてください。

(環境整備部会 村山)

犬のフン害防止看板  
設置希望者募集

募集していました「犬のフン害防止看板」が、まだ若干あります。看板を設置したい場所がある方は事務局までご連絡ください。



(TEL: 39-7051)

つくってみませんか?

かんたん  
チキンンドリア



《材料》(4人分)

- 鶏むね肉..... 100g
- 玉ねぎ..... 100g
- マッシュルーム(缶)  
..... 40g
- A { サラダ油..... 大さじ 2/3
- 小麦粉..... 大さじ2
- バター..... 大さじ1と 1/2
- 牛乳..... 2カップ
- コンソメ..... 1/2個(小1/2)
- こしょう..... 少々
- B { ご飯..... 400g
- トマトケチャップ  
..... 70cc
- 塗りバター..... 適宜
- チーズ..... 40g
- パセリ..... 少々

(1人分の栄養価 390 Kcal)

《作り方》

A 上からかけるホワイトソース

- ① 玉ねぎは 0.5 cmのくし型に 鶏肉は 1.5 cmのそぎ切りにしてサラダ油で炒める。
- ② 玉ねぎが透きとおってきたらマッシュルームを炒める。
- ③ 火を止めて小麦粉、バターを加え木べらで粉っぽさがなくなるまで全体を混ぜ合わせる。
- ④ 火を止めたまま、牛乳を一度に加えたら木べらでダマにならないようにかきまぜ、コンソメ顆粒を加えて火をつける。
- ⑤ とろみがついたらこしょうで味を調える。

B ケチャップライス

- ⑥ あたたかいごはんにとマトケチャップを混ぜる。

AとBを合体

- ⑦ グラタン皿にバターを塗り、BにAをかけてチーズをちらし 230 度のオーブンで 10 分ほど焼く。パセリをふってできあがり。

(健康福祉部会 食生活改善推進会)