



赤間地区コミュニティだより

話・和・輪

～ ふ れ 愛 通 信 ～

第 123 号

平成26年10月1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>



地域の絆が大きな力に

宗像市
総合
防災訓練

9月6日(土)



陵巖寺区の炊き出し訓練
ご飯はひとり分ずつラップに包んで

宗像市一斉に行われた総合防災訓練に伴い、赤間地区では風水害を想定して、情報伝達訓練および避難訓練を実施しました。

午前9時00分、市からの緊急情報システムによる避難勧告の発令を受けてコミュニティから各自治区へ情報伝達を行い、自治区では自主防災組織の連絡網を使って情報を伝達しました。その後、避難所への避難訓練を実施。

一時避難所となった自治区の公民館や公園では、防災グッズの確認や非常食の試食、炊き出しなどの自主訓練

を実施したところもありました。

ご飯とみそ汁の炊き出し訓練をした陵巖寺区では、「多くの方が参加して心強かった」と区長の声。

指定避難所の赤間地区コミュニティ・センター（42人避難）、赤間小学校（52人避難）、城山中学校（74人避難）では、防災備蓄倉庫内にある防災資機材の組み立てや使い方などの確認作業を行いました。

発電機を動かしてLEDバルーンが点灯した時は歓声があがり、簡易トイレを組み立てた時は、特に女性が興味津々。災害用プライベートルームがあつという間に組み立てられた時も驚きました。防災備蓄倉庫には、その他車いす・担架・非常食・紙おむつ・マスク・アルコール類などが備わっていることが説明されました。

参加者からは「防災備蓄倉庫があることを初めて知った」との声。災害は怖いけれど、少し安心した様子でした。

最近の長雨や集中豪雨で



赤間小学校では実際に担架に乗せて運ぶ訓練も



訓練時に、参加者が実際に持参した防災グッズ。ここまで準備できたら安心ですね。

の土砂災害のニュースは、いたたまれないものがあります。今や災害は、いつどこで起きても不思議ではありません。もし起こってしまった場合には地域の絆が大きな力となるでしょう。

このような訓練に参加して、もしもの時に備えたいものです。

（事務局）

消えた子ども社会の再生を

子どもリーダー育成に向けて



子ども社会の再生に成功した当広場の藤田さんにお話を聞くことができ、育成部会で言う事業にさらに磨きがかかることは間違いないでしょう！

子どもたちにたくましく育ってほしいと思うのは皆同じ。社会人になり「指示待ち族」にならないよう、どうしたら自立心を育てていくのか。

地域の子どもの社会の大切さを学んだ視察となりました。(青少年育成部会 山下)

太宰府市にある国分アンビシヤス広場へ視察に行きました。
広場では、幼稚園児から中学生までの子どもたちが楽しそうに遊んでいる。子どもたちだけで…。

第12回宗像市地域交流ソフトバレーボール大会参加者募集

期 日：11月16日(日)

会 場：宗像市民体育館

参加資格：

自治公民館単位でチームを構成する。
1つの自治公民館でチームが編成できない場合、中学校校区内で合同チームを編成することができる。

種 目：①レディースフリーの部
②メンズフリーの部
③ファミリーの部

締 切：11月4日(火)

申込方法：所定の用紙に必要事項を記入の上、宗像市民体育館内 宗像市体育協会体育事務局(〒811-3406 宗像市稲元5-2-1)に申込むこと。(FAX不可)

問合せ先：山本(Tel: 32-6214)

東中(Tel: 32-7140)

※市民体育館へのお問合せはご遠慮ください。

目指すは「健康寿命延伸」



会場に参加されていますか？

体組成・加速度脈拍・血圧・握力・足指力・骨密度を測定し、結果をデータ化して渡し、保健師さんによる相談コーナーもある測定会です。

今年も、12会場のうち7会場の日程が終了。すでに250人以上の方に参加いただいたっており、測定を楽しみに待っていてくださる皆さんに健康への意識の高さを感じています。

今年で6年目を迎え、健康福祉部会の恒例行事となった「健康測定会」。皆さん、最寄りの

健康福祉部会の恒例行事となった「健康測定会」。皆さん、最寄りの健康測定会。まだまだ道

9月7日(日)には、前半の測定を受けられた方を対象に「測定結果報告会」を行いました。発

足からご協力いただいている福岡女学院看護大学の松尾和枝先生の講演は、大変分かりやすく、ご自身のデータの理解はもちろん、これからの目標に対する心構えも感じていただけたのではないかと思います。

(健康福祉部会 小川)



健康測定会での骨密度測定

ファイナンシャル・プランニング技能検定3級講座

税金や保険、年金などお金に関する知識を習得。金融、不動産、保険など幅広い分野で高いニーズがあります。

日 時：平成26年11月25日(火)
～平成27年1月15日(木)
9:00～12:00 毎週火・木 全12回
*12/23、30、1/1、6は休み
*検定日：1月25日(日)

近隣の指定会場で受験

会 場：メイトム宗像 結工房他

対 象：就業意欲のある市民15人
(応募多数の場合は抽選)

講 師：中村 雅和さん(社会保険労務士)

受講料：9,600円

※他にテキスト代4,000円、検定料6,000円が必要です。

申込締切日：11月9日(日)

※託児有(要予約・5か月～就学前)

*詳しくは、市広報紙10月1日号

《申込み・問合せ》

宗像市男女共同参画推進センター

TEL: 36-0250

FAX: 36-0269



10月行事予定表



日	曜	行 事
10/1	水	＊予約制ですので前もってお申し込みください。 ＊「おもちゃ病院」「年金相談」はいつでも申し込みめます。 ＊10月の「包丁の研ぎ方」はお休みです。
2	木	
3	金	
4	土	公民館活動部会
5	日	まちづくり懇談会 釣川クリーン作戦実行委員会(環境整備部会)
6	月	休館日
7	火	環境整備部会
8	水	環境講座(中級)③(環境整備部会) 青少年育成部会
9	木	区長会
10	金	健康教室(ヘルス推進員) 健康測定会(健康福祉部会) 広報委員会
11	土	9:30～11:30 陵巖寺 (陵巖寺公民館) 13:30～15:30 三郎丸団地 (三郎丸団地公民館)
12	日	
13	月	体育の日 休館日
14	火	健康福祉部会
15	水	役員会 喫茶「寄り寄り」 環境講座(中級)④(環境整備部会)
16	木	あかまなかよしサロン(青少年育成部会)
17	金	今年も赤間地区8か所で作戦 決行します。 最寄りの会場で、ご参加ください！
18	土	
19	日	釣川クリーン作戦(環境整備部会)
20	月	休館日
21	火	地域づくり部会
22	水	環境講座(中級)⑤(環境整備部会) 男女共同参画部会
23	木	
24	金	玄米ニギニギ体操教室(健康福祉部会)
25	土	健康測定会(健康福祉部会) ドッジボール大会説明会 (青少年育成部会)
26	日	断捨離講座(環境整備部会) 運営委員会
27	月	休館日 ゴルフ大会
28	火	ボランティアガイド勉強会(地域づくり部会) アドバイザー委員会
29	水	11月1日から ごみの収集時間が 7時30分から変わります。
30	木	
31	金	

10月のボランティア事業

- 10月 5日(日) パソコン教室 (9:30～11:30)
- 10月 11日(土) 介護相談 (10:00～12:00)
- 10月 15日(水) 法律相談 (15:00～18:00)
- 10月 23日(木) 楽しい英会話
(キッズ 18:00～、大人 19:00～)

ヘルスの健康教室

- 日 時: 10月10日(金) 10:00～12:00
- 場 所: 多目的ホール
- 内 容: チャレンジニュースポーツ、わかめ体操、
玄米ニギニギ体操
- 講 師: スポーツ推進委員
- ☆持ってくるもの
上履き、飲み物、タオル
玄米ニギニギ棒(持っている人)

竹灯笼の灯りが創る幻想の世界

夢灯笼まつり

日頃の喧騒を忘れ、爽いと感動を!



10月12日(日) 15:00～20:00 ※雨天中止

会 場: 赤間熊越池公園・須賀神社
駐 車 場: 城山中学校グラウンド

灯ろうづくりをして飾ろう!

10月12日(日) 15:00～16:00

場所: 赤間熊越池公園

☆参加費無料!

主 催: 夢灯笼まつり実行委員会
問合せ先: 赤間地区コミュニティ事務局
(TEL: 39-7051)

断捨離講座参加者募集

断捨離はただの片付け術ではありません。
身の周りをキレイにするだけでなく、心もスト
レスから解放されてスッキリしますよ。

日 時: 10月26日(日) 10:00～12:00
講 師: だん ようこさん(断捨離正規トレーナー)
場 所: 多目的ホール
受講料: 無料

申込み: コミュニティ事務局へ電話でお申し込
みください(TEL: 39-7051)
先着 30人(10月1日から受付開始)

主催: 赤間地区コミュニティ環境整備部会
共催: 宗像市男女共同参画推進センター ゆい

～街道の駅「赤馬館」11月30日誕生祭開催！～

あかま de み～つけた!



法然寺 (赤間上町)

天正3年(1575年)、慶春という僧が、圓光大師の白骨を頭にかけ九州を下り、この地で大師の霊夢により寺を建立した。本尊は阿弥陀佛。寺内に観音堂、大師堂があり、京都知恩院の末寺。(筑前風土記より)

元気な子どもたちがおぼあちやん、お母さんと共にやってきました。
幼稚園時代の友達と再会して大喜びの子も。
今回の献立は、ロールパンサンド、夏野菜のトマト煮、

最後に片づけをして終わりました。
また来年も来てね!
(食進会 田中)

健康福祉部会

8月23日(土)

夏休みの思い出に

親子で料理



上手だね!

バナナラッシーです。
どうやって作るのかな?
みんな目が輝いています。野菜を洗い、子ども包丁で切ります。指を曲げて猫の手猫の手：みんな上手に切っています。炒めて、煮て、ミキサーも使いました。

さあ、できあがり! ランチ皿にきれいに盛りつけて、いただきます。みんなおいしそう♪

中学生職業体験 ワクワク WORK



9月9日(火)～12日(金)の4日間、城山中学校2年の大門あやねさん(写真左)と洲上美都さんが、図書^{あおかつ}の返却や倉庫整理、文化祭の食券作りなど職業体験をしました。「回覧物の配送に同行したことが楽しかった」とのこと。

ここで経験が何かの役に立てばと願います。

私は料理が好きで、この教室に参加したくて自分で申し込みに行きました。とても楽しみで、何日も前からワクワクして待っていました。作ってみるとどの料理も簡単で、おいしく作れました。今度は、家でひとりで作ってみたいです。

夏休みの終わり



上手に味噌を溶く中野花菜さん(左から2人目)

子どもわくわくクッキング

8月28日(木)

今度は私が作ってあげるね

に、とても楽しい思い出ができてよかったです。

赤間小学校6年
中野 花菜

つくってみませんか

親子料理教室で作ったメニューです

ラタトゥイユ (夏野菜のトマト煮)



《材料》(4人分)

- なす.....160g
- たまねぎ.....200g
- ズッキーニ.....100g
- かぼちゃ.....160g
- パプリカ.....80g
- ピーマン.....60g
- トマト.....320g
- にんにく.....1かけ
- オリーブオイル.....大さじ1
- 白ワイン.....大さじ2
- コンソメ.....1こ
- ケチャップ.....大さじ 1/2
- こしょう.....少々

(1人分の栄養価 119Kcal)

《作り方》

- ① なす・ズッキーニは 1cm厚ぐらいの半月切りにする。かぼちゃは5mm厚ぐらいのいちよう切りにする。たまねぎ・ピーマン・パプリカ・トマトは2cm角に切る。にんにくはみじん切りにする。
- ② 鍋にオリーブオイルを入れ火にかけ、にんにくを炒め香りが出てきたら、たまねぎを入れ2～3分炒める。なす・ズッキーニ・パプリカ・ピーマンの順に入れ、その都度1分くらい炒める。
- ③ 白ワイン・つぶしたコンソメ・トマトを入れ、ふたをして10～15分くらい中火で煮る。焦がさないように、途中上下をひっくり返すように混ぜる。
- ④ かぼちゃ・ケチャップ・こしょうを入れ、さらに10～15分煮込む。水気が多ければ、最後に強火にして水分を飛ばす。(健康福祉部会 食生活改善推進会)