

話・和・輪

～ ふ れ 愛 通 信 ～

第128号

平成27年3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>

FB: てくてく。赤間

区長会

2月1日(日)

となりの自治会に学ぶ有意義な時間

区長会が中心となって『自治会活動発表会』を開催しました。
「他の自治会はどんな活動をしているのだろうか」「いろいろな課題をどのように解決しているのだろうか」を知る機会にしたいという目的で、3年ぶりの開催です。
今回は、富地原区と徳重区の発表でした。

災害に強い地域を目指して

富地原区は、赤間地区では一番東に位置し、田園が広がる農村地帯であるが、アステイ21やリサーチパーク・明天寺公園・日赤看護大などもある。
主な行事として神社・河川・公園などの清掃や草刈りをはじめ神社関係のお祭



富地原区区長
榑 長光さん

強い地域づくり。防災訓練はもとより災害時に必要とされる道具類のリスト作りなどを行っている。



徳重区区長
石松 督さん

スや行事などをお知らせし、とても喜ばれている。

徳重区は、区を中心を3号線が走り、遊技場や飲食業、軽工業などの盛んな自治区。
集合住宅が多く自治会加入率が約半数であるのが課題である。
毎月「徳重区ニュース」を発行し、自治会でのニュー

楽しい行事が目白押し！

二つの自治会とも、パワーポイントで写真などを観ながらユーモアを交えて詳しく話されたので、約70人の参加者は興味津々でした。
たくさんの行事やお祭りなどを、自治会が構成団体などと工夫協力して行っている様子がよく分かりました。
他自治会の活動発表を通して皆さんの気づきがあり、どの自治会でも抱える課題などを共有することもでき、有意義な時間となりました。

(事務局)



熱心に話を聞く参加者

大切な私、大切なあなた(娘)のために 知っておきたい卵子のこと ～産み時を考える～

これから結婚や子どもをもつことを考えている方、または娘のために、からだのことについて知っておきたい方のために卵子老化について学びましょう。

日 時：3月14日(土) 13:30～15:30
 会 場：メイトム宗像 202 会議室
 対 象：女性市民 20 人(応募多数の場合は抽選)
 講 師：本庄 考さん(IVF 詠田クリニック副院長)
 申込締切日：3月4日(水)
 託 児：無料・要予約(5 か月以上～就学前)
【申込み・問合せ先】
 宗像市男女共同参画推進センター ゆい
 TEL:36-0250 FAX:36-0269
 ※詳細は、2月1日号の市広報紙をご覧ください。

老人
クラブ

1月24日(土)

輝きのある日々への身体づくり



宗像市老人クラブ 連合会主催、宗像市高齢者支援課共催で、赤間地区における健康セミナーを開催しました。

セミナーは、各支部から70人の会員が参加し、理学療法士西森由香先生(通所介護ライズ)による普段の生活での注意点、転倒予防、体の変化について

の説明、自宅でもできる体操方法、健康寿命を延ばすためのセルフケアについて講義が行われました。

簡単なストレッチ、足の指の体操、生活活、脳トレによる認知予防など、楽しく体を動かしながら受講しました。

参加者は、講義が心地よかったのか、皆笑顔で足取りも軽く、背筋も伸びたようでした。

みなさん、老人クラブに加入していろいろな企画された事業に参加し、元気に楽しく、ひいては地域の中で活躍してみませんか。待っています。

(地区老連村山)

市民課の窓口を日曜日に開設します!

3月29日(日)・4月5日(日)

宗像市役所市民課では、毎年3月～4月の就職や転勤などによる引越しが多い時期において、市役所開庁時間に手続きができない人を対象に、市民課の窓口を日曜日に開設します。

○日 時：3月29日(日)、4月5日(日)
10:00～14:00

○開設窓口：市民課(本館1階)

○手続きの内容：

▽住民異動届(転入届、転出届、転居届など)

▽印鑑登録申請

▽戸籍届

▽各種証明書交付申請

(住民票の写し、印鑑証明書、戸籍謄抄本など)

他市区町村など関係機関に照会が必要となる場合や住民基本台帳カードに関する手続きなど、受付ができない手続きがありますので、事前にお問い合わせください。

(各コミュニティセンターにおける住民票の写し・印鑑証明書の交付申請も受付を行いませんので、ご注意ください。)

また、時間帯によって混雑時は待ち時間が長くなる場合がありますので、時間に余裕を持って来庁してください。

【問合せ先】宗像市役所総務部市民課

TEL:36-1126

4月からダンボールコンポストの 販売金額が変わります

各地区コミュニティと市役所内福祉売店ハートループ、ゴミ問題を考える住民の連合会・宗像では、生ごみ減量に向けた取り組みとして、ダンボールコンポストを販売しています。

資材の高騰に伴い、4月からダンボールコンポストの販売金額が変わります。

ダンボールコンポストを購入した時点で、補助金が交付されたこととなります。ダンボールコンポストの補助対象基数は、1世帯、1年度(4月～翌年3月)につき5基です。

【問合せ先】市環境課 TEL:36-1421

4
月
か
ら
の
販
売
金
額

	旧単価	①新単価	②補助金額	販売金額(①-②)
セットA	1,280円	1,340円	600円	740円
セットB	920円	920円	400円	520円
基 材	670円	670円	300円	370円
ダンボール	250円	250円	0円	250円
キャップ	360円	420円	0円	420円

3月行事予定表



日	曜	赤馬館	行 事
3/1	日	猪 汁	親子料理教室(健康福祉部会)
2	月	休み	休館日
3	火		環境整備部会
4	水	うどん	男女共同参画部会
5	木	ちらし	
6	金		
7	土		公民館活動部会
8	日	猪 汁	
9	月	休み	休館日
10	火	酒まん	健康福祉部会
11	水	ぜんざい	青少年育成部会
12	木	きぬがさ	エコ石けん作り(環境整備部会) 区長会
13	金		健康教室(ヘルス推進員)
14	土		
15	日	猪 汁	ボランティアガイド勉強会(地域づくり部会) 喫茶「寄れ寄れ」(TMA会)
16	月	休み	休館日
17	火		
18	水	うどん	役員会
19	木	ちらし	
20	金	酒まん	
21	土		春分の日
22	日	猪 汁	運営委員会
23	月	休み	休館日
24	火		地域づくり部会
25	水	ぜんざい	
26	木	きぬがさ	
27	金		玄米ニギニギ体操教室(健康福祉部会) アドバイザー委員会
28	土		
29	日	猪 汁	
30	月	休み	休館日
31	火		

スケジュール表の曜日の横に赤馬館のお食事メニューを載せています。

参考にして下さいね♪



- *きぬがさ=きぬがさ御膳(要予約)(1,500円)
 - *うどん=赤馬親とじうどん(500円)
 - *ちらし=赤馬ちらし(500円)
 - *酒まん=赤馬酒かすまんじゅう(380円)
 - *猪汁=赤馬むなっ猪汁(500円)
 - *ぜんざい=赤馬ぜんざい(300円)
- ※赤馬館では、上記以外に8つのグループが日替わりで喫茶のおもてなしをしています(^-^)

3月のボランティア事業

- 3月 1日(日) パソコン教室 (9:30~11:30)
- 3月 14日(土) 介護福祉相談 (10:00~12:00)
- 3月 14日(土) 包丁の研ぎ方 (10:00~12:00)
- 3月 18日(水) 法律相談 (15:00~18:00)
- 3月 26日(木) 楽しい英会話
(キッズ 18:00~、大人 19:00~)

- *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ます。

ヘルスの健康教室

- 日 時：3月13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、わかめ体操
玄米ニギニギ体操
講 師：石松幸子さん(スポーツ推進委員)
ヘルス推進員
- ☆持ってくるもの
上履き、飲み物、タオル、玄米ニギニギ棒(持っている方)

喫茶「寄れ寄れ」のご案内

毎月15日に開催。コーヒーや紅茶にちょこっとお菓子がついて100円です。
楽しいひとときをお過ごしください♪

日 時：3月15日(日) 11:00~16:00
場 所：サロン



玄米ニギニギ体操教室

体力にあわせてできる健康長寿体操です。
毎月第4金曜日に開催。ぜひ、ご参加ください♪

日 時：3月27日(金) 10:00~12:00
場 所：多目的ホールBC
※参加費、申込みは不要です。
動きやすい服装でお越しください。
水分補給の飲み物とタオルをお持ちください。



学校 de みつけた!



赤間小学校学童保育の子どもたち

今年もかわいい犬の看板ができたよ

赤間地区コミュニティでは、毎年「犬のフン害防止看板」を作製しているのですが、その看板作りの最重要部分、犬の顔と文字のペンキ塗りを赤間小学校学童保育さんをお願いしています。

今年もかわいい犬の看板が30枚出来上がりました。地域で犬のフン害にお困りの方には差し上げていますので、コミュニティ・センターまでお尋ねください。



毎年恒例の「おでかけ音楽隊」による「ファミリコンサロ」に置いてあるおもちゃコーナーが目にと多目的ホール



その後、「桜」の演奏にうつり。しかしながら、幼児のじっとする限界はここまで。やがて、後

ルで実施し、0〜3歳の親子総勢99人の参加がありました。人形劇「赤ずきん」に興味津々で、人形を見て子どもたちは大はしゃぎ。

その後、「桜」の演奏にうつり。しかしながら、幼児のじっとする限界はここまで。やがて、後

（青少年育成部会 田中）



おもちゃコーナーも大盛況(^_^)

青少年
育成部会

2月15日(日)

きれいな歌声にうつとり



男女共同
参画部会

2月15日(日)

映画「折り梅」に

自身の介護を重ねて



認知症という身近な内容に大勢が参加

映画「折り梅」の上映に、76人も参加でうれしい誤算。物語は、引き取った母親がアルツハイマー型認知症になり家族の戸惑いと葛藤、失われた絆の再生までを真摯に見つめた人間ドラマです。

『夫は妻に任せっきり、子どもも協力的で



映画「折り梅」の上映に、76人も参加でうれしい誤算。物語は、引き取った母親がアルツハイマー型認知症になり家族の戸惑いと葛藤、失われた絆の再生までを真摯に見つめた人間ドラマです。

『夫は妻に任せっきり、子どもも協力的で

10〜80代の幅広い年代の参加があり、大変好評でした。（男女共同参画部会 日永田）

ない。そこで、職場の友の助言を受け公的な援助を得ながら、みんなが母親を受入れ理解していく」という身近な内容だったので、参加者は「介護をしていた時を思い出し、反省もあるがお礼も言いたい」「誰にでも訪れることなので勉強になった」など、現在の自分と重ね合わせた方が多かったようです。

つくってみませんか いちごミルクプリン

《材料》(6個分)

- 牛乳.....400cc
- 粉ゼラチン.....15g
- 水.....大さじ4
- いちご.....150g
- グラニュー糖.....40g
- 生クリーム.....大さじ3
- 飾り用いちご.....6個

《作り方》

- ① 分量の水にゼラチンを振り入れ戻しておく。
- ② いちごは、洗って飾り用を残し、牛乳200ccとミキサーにかける。
- ③ 牛乳200ccを鍋に入れ砂糖を加え、火にかけ温める。温まったら火を止めゼラチンを加え、溶かし冷ます。
- ④ ③が冷めたら②を加え、生クリームも加え混ぜ、器に流し冷やし固める。
- ⑤ 固まったら、いちごを飾る。

いちごが旬の時期になりました。世の殿方みなさま、ホワイトデーに作ってみてね♥



(健康福祉部会 食生活改善推進会)