



赤間地区コミュニティだより

話・和・輪

～ ふ れ 愛 通 信 ～

第158号

平成29年9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



AEDの講習

地域環境
部会

大切な人の命を守るために

7月22日、宗像消防署赤間出張所から消防隊と救急隊の方に来ていただき、応急手当を学ぶ「救急講習会」を行いました。

当日は、子どもから大人まで37人の参加がありました。

まずは救急救命士の方から、熱中症の基礎知識、気管に物が詰まった時の対応要領、三角巾を使った止血法や骨折が疑われる場合の固定法など、突然のケガや病気におそわれたときの応急処置を学びました。

次に、心肺停止状態の人に対する心臓マッサージ、人工呼吸法およびAEDの操作要領を実際に人形やAEDトレーナーを使って体験しました。

参加者からは「実技があり、わかりやすかった」「AEDの説明や講習が勉強になった」との感想がありました。

大切なかけがえのない命を守る技術と勇気を教わり「命」の大切さを肝に銘じました。

（篠原）

興味津々!



<心臓マッサージ体験>



<人工呼吸法>



<三角巾を使った固定法>

環境を守るために



6月と7月に、全4回で環境リーダー講座(初級)を開催しました。赤間・赤間西・河東のコミセンから8人の参加がありました。

講師は、環境地域づくり研究所の前田秀敏さんです。分かりやすく、また楽しく教えていただきました。

(第1回)

様々な問題から起こる環境破壊が、どのような結果をもたらすかを、みんなで考えながら学びました。

(第2回)

参加者の家庭の電気・ガスなどのエネルギー使用状況を確認し、省エネの問題を学びました。

(第3回)

宗像市の清掃工場を見学し、焼却ごみや分別ごみがどのように処理されるか担当者から説明を受けました。

(第4回)

釣川源流やホタルの里で、人工林と自然林の見分け方、また川の生き物観察で自然を学びました。

受講をして、家庭内のエコ化や、ごみ分別の徹底が、環境を守るためには大事なことが理解できました。このことを多くの人に伝えたいと思います。

(白木)



母が重たい…母娘関係を考える

～自分らしい生き方について考えてみよう!～

母親と一緒にいると何だか苦しい…そんな風に思ったことはありませんか。母親との関係を振り返り、自分らしい生き方について考えてみましょう。

日時:10月4日(水) 10:00～12:00

会場:メイトム宗像 結工房

講師:黒瀬 まり子さん(臨床心理士)

対象・定員:市民20人(応募多数の場合は抽選)

申込締切日:9月25日(月)

※託児あり(要予約・5カ月～就学前)

*詳細は、市広報紙9/1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 ゆい
(TEL 36-0250/FAX 36-0269)

なりたい自分になるための時間術

～自分らしい時間の使い方～

今の自分を振り返り、3年後・5年後になりたい自分に近づくためのヒントを得ましょう。

日時:9月30日(土) 10:00～12:00

会場:メイトム宗像 結工房

講師:新開 よし子さん(臨床心理士)

対象・定員:市民20人(応募多数の場合は抽選)

申込締切日:9月20日(水)

※託児あり(要予約・5カ月～就学前)

*詳細は、市広報紙8/1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 ゆい
(TEL 36-0250/FAX 36-0269)

唐津街道赤間宿まつり 花嫁さん花婿さん募集!

唐津街道赤間宿まつりで、結婚式を挙げてくださるカップルを募集します。

未婚の方、または平成25年4月以降に結婚され、まだ結婚式を挙げていないご夫婦が対象です。詳しくは応募要項を準備していますので、下記連絡先までお問い合わせください。お待ちしております♡

赤間地区コミュニティ・センター
TEL:0940-39-7051







<応募要項>

- ◎開催日時:平成30年2月25日(日) 10時～15時
- ◎会場:唐津街道赤間宿通り沿い(宗像市赤間)
- ◎費用:7万円(挙式代、衣装代、着付代)
- ◎結婚式の形式:神前結婚式(須賀神社で挙式)
- ◎応募資格:未婚の方、または平成25年4月以降に結婚され、まだ式を挙げていないご夫婦
- ◎募集カップル:2組
- ◎締め切り:平成29年11月30日(木)17:00必着

※ボランティアで結婚式のお手伝いをしてくださる巫女さんも同時募集します。詳しくは、コミュニティ事務局までお問い合わせください。

9月行事予定表

 = 赤馬館
休館日

| 日 | 曜 | 行 事 |
|-----|---|--|
| 9/1 | 金 | |
| 2 | 土 | 親善交流グラウンドゴルフ大会代表者会議 (公民館活動部会) 公民館活動部会 |
| 3 | 日 | |
| 4 | 月 | 休館日  |
| 5 | 火 | 地域環境部会 |
| 6 | 水 | |
| 7 | 木 | |
| 8 | 金 | 健康教室(ヘルス推進員) |
| 9 | 土 | 宗像市防災訓練 |
| 10 | 日 | 講演会(男女共同参画部会) |
| 11 | 月 | 休館日  |
| 12 | 火 | 学童保育所運営準備委員会 健康福祉部会 |
| 13 | 水 | |
| 14 | 木 | 区長会 |
| 15 | 金 | 健康測定会 喫茶「寄れ寄れ」 |
| 16 | 土 | |
| 17 | 日 | 親善交流グラウンドゴルフ大会 (公民館活動部会) |
| 18 | 月 | 敬老の日 休館日 |
| 19 | 火 | 役員会 放課後プレーパーク  |
| 20 | 水 | |
| 21 | 木 | 男女共同参画部会 |
| 22 | 金 | 玄米ニギニギ体操教室(健康福祉部会) |
| 23 | 土 | 秋分の日 |
| 24 | 日 | 親善交流グラウンドゴルフ大会予備日 (公民館活動部会) 釣川クリーン作戦実行委員会 (地域環境部会) |
| 25 | 月 | 休館日  |
| 26 | 火 | あかまなかよしサロン (青少年育成部会) |
| 27 | 水 | 青少年育成部会 |
| 28 | 木 | まつり実行委員会 |
| 29 | 金 | 広報委員会 |
| 30 | 土 | |

〈富地原〉
時間：9:30～11:30
会場：富地原公民館
〈石丸〉
時間：13:30～15:30
会場：石丸公民館



毎月第4火曜日開催
時間：10:00～12:00
対象：0～3歳の親子

ヘルスの健康教室

日 時：9月8日(金) 9:30～12:00
*いつもと開始時間が違います(受付 9:00～)
場 所：赤間コミセン 多目的ホール
内 容：ロコモ予防のための体力テスト
講 師：佐藤 広徳さん(工学博士)
持ってくるもの：上履き、飲み物、タオル
体力テスト問診票(持っている方)
玄米ニギニギ棒(持っている方)

平成29年度宗像市総合防災訓練

もしもの時に備えて、ぜひ訓練に参加しましょう！
詳しい内容は、各自治区でご確認ください。

日 時：9月9日(土) 9:00～
目 的：情報伝達訓練および避難訓練
対 象：赤間地区 18 全自治区
想 定：大型台風による風水害



講演会 ご案内

心が軽くなる これからの男の生き方を考える

男性が抱える生きづらさについて考え、これからの人生をもっと楽しく、元気で充実させるためのヒントを得ましょう

日 時：9月10日(日) 13:30～
場 所：赤間コミセン 多目的ホール
講 師：遠藤 雄二さん

(九州大学大学院経済学研究院准教授)

- *講演の後、お茶を準備します
- *申込み不要・入場無料
- 主催：男女共同参画部会
- 共催：宗像市男女共同参画推進センター
- *詳細は9/1号の回覧をご覧ください。

誰でも 参加OK!

放課後プレーパーク

プレーパークとは、自分で選んで自由に遊べる場所のこと。見守りの大人もいるから、まずは受付に来てね!(12月までの第3火曜日開催)

日 時：9月19日(火) 15:00～17:00
場 所：赤間コミセン ふれあい公園(雨天中止)
*予約不要。乳幼児も保護者同伴で参加可
問合せ：市役所子ども育成課 (TEL:36-1214)

9月のボランティア事業

9月20日(水) 法律相談 (15:00～18:00)
9月23日(土) ぬりえの時間 (10:00～11:30)
9月28日(木) 楽しい英会話
(キッズ 18:00～、大人 19:00～)

- *予約制ですの前もってお申し込みください。
- キッズ英会話のみ開催月の1日からの受付とします。
- *「おもちゃ病院」と「年金相談」はいつでも受付します。

いい汗を流して暑さを吹き飛ばせ!



地域環境部会、健康福祉部会、青少年育成部会の3部会共催で「ラジオ体操&軽トラ朝市」を行いました。まずは、トヨタ自動車九州陸上競技部の皆さんと共にラジオ体操。気持ちいい汗を流した後は、かき氷のプレゼントで体を冷やし、食進会が作った朝ごはん

夏の日が照りつけるなか「暑い!でも楽しい!」と声も聞こえました。まだまだ暑い日が続きますが、健康で楽しくお過ごしください。

(篠原)

食進会

8月2日(水)

料理って楽しいね♪



今年も4〜6年生の男女6人が、三角巾、エプロンを持ち、参加してくれました。

メニューは「豚肉の柳川煮」「ひじきのマヨあえ」「じゃがいもの味噌汁」「黒糖ビーンズ」の四品です。

調理が始まると、みんな上手に猫の手で野菜を切り、レシピを見ながら「こっちの切り方

を教える」と質問も出て、和気あいあいと楽しく調理ができました。

一品一品できあがると「わあ、おいしそう!」と歓声が起こり、全員が完食しました。

「また来年も参加したい」との声が聞かれたので、これをきっかけに料理に興味を持ってもらえたらうれしいです。

(鮫島)

赤馬館NEWS

「ショートショートフィルムフェスティバル & アジア2017 in福岡・宗像」

[HP] <http://www.aie-kyushu.com/shortshorts/>

◎日程/時間/プログラム

- ☆9月16日(土) 11:00~16:00
「キッズおよびCGアニメーションプログラム」(鑑賞無料)
- ☆9月17日(日) 18:00~20:00
「ジャパンショート特集など」(鑑賞料:500円・ワンドリンク付き)
- ☆9月18日(月・祝) 11:00~16:00
「アカデミーおよびカンヌプログラムなど」(鑑賞無料)

- ・地域おこし協力隊ジェケルさん主演の動画制作発表、上映
17日(日)18:00~18:10(10分)
18日(月)15:50~16:00(10分)
- ・東海大学福岡短期大学生による大島のPR動画制作発表、上映
17日(日)19:40~20:00(20分)

【問合せ】街道の駅 赤馬館 TEL:0940-35-4128



つくってみませんか

豚肉の柳川煮

「子どもわくわくクッキング」のメニューです。



《作り方》

- ① 干し椎茸はもどしておく。卵は割って、ほぐしておく。
- ② 玉ねぎは、1cmの厚さに切る。たけのこ、にんじんは、短冊に切る。ごぼうはさががき、豚肉は1口大に切る。
- ③ いんげんは、茹でて千切りする。
- ④ フライパンに、サラダ油を熱し、①の干し椎茸と②を炒める。ひたひたになるまで水を入れてAを加えて煮る。
- ⑤ 煮えたら溶き卵を加えて、ひと混ぜし、いんげんを散らしてひと煮立ちする。



《材 料》(4人分)

| | | | | |
|--------|------|------|------|----------|
| 豚もも肉 | 120g | サラダ油 | 小さじ1 | |
| 玉ねぎ | 128g | A | しょうゆ | 大さじ1と1/2 |
| ゆでたけのこ | 128g | | 砂糖 | 大さじ1 |
| ごぼう | 104g | | みりん | 小さじ1 |
| にんじん | 64g | | 酒 | 小さじ1 |
| 干し椎茸 | 4g | 水 | 適量 | |
| いんげん | 20g | | | |
| 卵 | 2個 | | | |

(1人分の栄養価168Kcal)

(食生活改善推進会)