

話・和・輪

～ くれ愛通信 ～

地域環境
部会

10月14日(日)



美しい釣川を子どもたちへつなぐ

ご参加ありがとうございました!

秋晴れのもと、赤間地区を流れる釣川本流とその支流の計8カ所で、釣川クリーン作戦を実施しました。

昨年は、悪天候のため中止になりましたが、今年は城山中学校をはじめ、日本赤十字九州国際看護大学などの学校関係や、赤間小ミニバスケット部の皆さん、赤間病院、JA赤間支店、サニクリーン九州宗像営業所、名残グッシュ村など団体での参加も多く、約770人の皆様にご参加いただけました。

取材班が同行したエリアでは、なかなかゴミを見つけないとができない子どもたちが、小さな鉛の包み紙を見つけ、目を

をキラキラさせて「うち、見つけたで!」と友達に自慢しているのが聞こえ、おかしな話ですが、ゴミが少なくてなんだか申し訳ない気分になりました。

当然のようにゴミが見当たらないという環境で育ち、ほんの少しのゴミを大人と争うように拾って育った子どもたちは、自然と自分たちの暮らす環境をよさささない大人に育ってくれるのではないかと思います。

何より当日は大きな事故もなく、無事に事業を実施できましたことを皆様に感謝します。たくさんの方のご参加ありがとうございました。(戸高)



ゴミの争奪戦!



エコバイク
ecobikeを設置しました!



今話題のシェアサイクルを、コミセンと赤馬館に設置しました！
初めてご利用の方は、まずQRコードから会員登録をしてください。



大人も子どもも真剣勝負!



城山中学校で親善交流グラウンドゴルフ大会を開催しました。
大会は年齢制限がない一般交流戦と、子どもから大人までの年齢で構成される世代間交流戦に分かれて熱戦を繰り広げました。
一般交流戦は11チーム93人が参加し、三郎丸団地Bチームが優勝。世代間交流戦は6チーム44人が参加し、田久チームが優勝しました。
広い会場の中で選手たちはのびのびとプレーし、ホールインワンを達成したときの歓声や、惜しくもはずした時の悲鳴が響き渡りました。
グラウンドゴルフは誰でも楽しめるスポーツです。来年の大会参加を目指し、家族で始めてみませんか。(池邊)



宗像市人づくりでまちづくり補助金事業
宗像地区成年後見研究会 無料法律相談

法定後見の家庭裁判所への申し立て、親族後見人の家庭裁判所への報告、任意後見移行型の解説、相続(遺産執行)、遺言書作成、葬儀、納骨などの死後事務について無料法律相談を行います。(相談内容については公証人OBがすべて監修します)
日 時：12月6日(木) 10:00~15:00

*上記の日時以外でも、場所・日時のご希望に応じてご相談をお受けします。

会 場：赤間コミセン 会議室

料 金：無料

申込み：事前予約不要

問合せ：宗像地区成年後見研究会 廣塚 道治
(TEL 080-3963-0736/FAX 32-6919)

あなたの睡眠大丈夫?



不眠の原因と、心と身体にどのような影響を及ぼすのかを知り、良質で十分な睡眠がとれるよう不眠解消の知識を得ましょう。

日 時：12月6日(木) 10:00~12:00

会 場：メイトム宗像 結工房

講 師：有吉 祐さん(有吉祐睡眠クリニック院長)

対象・定員：市民20人(応募多数の場合は抽選)

申込締切日：11月26日(月)

*託児あり(要予約・5カ月~就学前)

*詳細は、市広報11/1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)

シルバー会員募集中!



シルバー人材センターは、経験や能力の活用、生きがいづくりの場として臨時的、短期的なお仕事を提供しています。

宗像市内にお住いの60歳以上の方!ぜひ説明会へお越しください。

日 ち・場 所

<東郷コミセン> 第1・3水曜日

<河東コミセン> 第1・3木曜日

<人材センター> 第2・4水曜日

時 間：いずれも13:30開始で30分程度です。

【問合せ】

公益社団法人 宗像市シルバー人材センター
宗像市赤間4丁目2-1 (TEL 33-1151)

宗像市消費生活センターからの

最新情報

「光回線サービス「乗り換え」の勧誘トラブルにご注意!

光回線サービス事業者から電話で「料金が安くなる」と勧誘され「大手電話会社の新しいサービスか」と思い契約したが、別事業者との契約になっていたなどの相談が依然として寄せられています。











<アドバイス>

- ・光回線サービスの「乗り換え」をすると、契約先が新たな事業者へと変わります
- ・「安くなる」との言葉をうのみにせず、必ず書面をもらい、事業者名や連絡先、月額料金や解約料などの契約内容をよく確認するなど、契約は慎重にしましょう
- ・光回線サービスは、契約書面を受け取ってから8日間は契約解除ができる「初期契約解除制度」があります

宗像市消費生活センター TEL 33-5454/FAX 33-5469

11月 行事予定表 赤馬館 休館日

日	曜	行 事
11/1	木	
2	金	まつり実行委員会
3	土	文化の日
4	日	公民館活動部会
5	月	休館日 
6	火	地域環境部会
7	水	
8	木	区長会
9	金	健康教室(ヘルス推進員) 
10	土	
11	日	囲碁大会
12	月	休館日 
13	火	学童運営役員会 健康福祉部会
14	水	青少年育成部会
15	木	喫茶寄れ寄れ(TMA会) 男女共同参画部会
16	金	
17	土	
18	日	秋の3まつり 
19	月	休館日 
20	火	
21	水	
22	木	役員会
23	金	勤労感謝の日
24	土	
25	日	
26	月	休館日 
27	火	あかまなかよしサロン (青少年育成部会) 
28	水	
29	木	広報委員会
30	金	玄米ニギニギ体操教室 (健康福祉部会) 

時間：11:00～16:00
場所：サロン
お待ちしております♪



時間：10:00～12:00
場所：キッズルーム
対象：0～3歳の親子

時間：10:00～12:00
場所：多目的ホール
どなたでもどうぞ


ボランティア事業

- 11月11日(日) 登記相談 (9:30～11:30)
- 11月21日(水) 法律相談 (15:00～18:00)
- 11月22日(木) 楽しい英会話
(キッズ 18:00～、大人 19:00～)

*11月の「ぬりえの時間」はお休みです。
*予約制です。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。

ヘルスの健康教室

健康講座

日 時：11月9日(金) 10:00～12:00
場 所：多目的ホール
内 容：ソフトヨガ 
～初めての方でも大丈夫!やさしいヨガです～
講 師：日並 八千代さん
持ち物：上履き、飲み物、タオル、バスタオル
玄米ニギニギ棒(持っている方)

唐津街道赤間宿

秋の3まつり

九州大道芸まつり in 宗像、赤馬館周年感謝祭、
夢灯笼まつりを同時開催します!

日にち：11月18日(日)

☆第22回九州大道芸まつり in 宗像

時 間：10:00～15:00

場 所：赤間宿通り

☆街道の駅赤馬館周年感謝祭

時 間：10:00～20:00

場 所：街道の駅赤馬館

☆第11回夢灯笼まつり

時 間：12:00～20:00(点灯式 17:00)

場 所：熊越池公園

*詳細は11/1配布のチラシをご覧ください。



台風により9月の文化祭が中止になったため、皆様からご提供いただきましたバザー品は、大道芸まつりで販売します!お宝を探しに来てね。(TMA会)

料金改定のお知らせ

平成31年4月利用分から公共施設の
使用料などが変わります。

それに伴い、コミュニティ・センターの利用料
金も改定になります。

改定後の施設使用料につきましては、館内のチ
ラシまたは事務局までお問い合わせください。
問合せ：コミュニティ事務局 (TEL 39-7051)

学校 de みつけた!

男女共同
参画部会

9月22日(土)

知って役立つお金の話 いきいきセカンドライフ



菅野美和子さん

退職後も自分らしく
いきいきと過ごすため
にも、切っても切れない

お金の話。
講師に社会保険労務士でファイナンシャルプランナーの菅野美和子さんをお迎えし、講座を開催。約40人の参加がありました。
1カ月単位の収支把握や、預金・ローンなど家計管理の必要性から始まり、退職後の生活費や年金、エンディングノートの活用など、盛りだくさんの内容でした。
セカンドライフに備え、若いうちから考えておくことも大事なようです。
(杉下)

お金の話。

た。

家計簿が苦手でも、レシートをためて振り返る方法があることにうなずく姿も。
参加してよかった。今後に向けてお金の整理をしたいなどの感想が聞かれ、大変好評でした。



ひっそり...

赤間小学校の中庭の隅にひっそりたたずむこのポストを皆さんはご存知ですか?

懐かしい形のこのポスト。1949~1970年に日本で使われていた形のように、正式名称は「郵便差出箱1号(丸型)」といいます。

いつから赤間小学校に存在しているのか...各方面に取材しましたが、はっきりしません。

赤間小学校の現役の先生方の記憶では、少なくとも2001年(17年前!)にはあったもよう。

さらに卒業生からも「旧校舎時代(1991年以前)からあったような気がする」との情報がりますが、はっきりしたことがわかりません。

どなたかご存知の方がいらっしゃいましたら、赤間コミセン事務局にご一報ください(o^o^)

赤馬館 NEWS

赤馬館周年感謝祭

ありがとうございます!



日時: 11月18日(日) 10:00~20:00

おかげさまで赤馬館は4周年を迎えます。スタッフ一同、日頃の感謝の気持ちを込めておもてなしいたします。

館内では、ミニコンサートや抽選会、和物のバザーなどを実施いたしますので、ぜひお立ち寄りください!

赤馬館の前で17:15から夢灯籠の点灯式もあるよ~♪

館内ミニコンサート (時間 15:30~20:00)

- 「バイオリン独奏」「ピアノ&ボーカル」
 - 「三味線・大正琴」「混声合唱」「二胡」
 - 「ソプラノ・フルート・ピアノ音楽隊」などなど
- フィナーレは赤馬館の歌をみんなで合唱します。
* 詳細は、赤馬館までお問い合わせください。



【問合せ】街道の駅 赤馬館 TEL:0940-35-4128

つくってみませんか

サバのカレー焼き



- 《材料》(4人分)
- さば切り身.....240g
 - 塩.....小さじ 1/2
 - こしょう.....少々
 - カレー粉.....小さじ2
 - 小麦粉.....大さじ2
 - サラダ油.....大さじ2
 - サラダ菜.....適宜
 - レモン.....1/2玉(くし型切り)

(1人分の栄養価 206Kcal)

さばには「DHA」や「EPA」と呼ばれる体によい働きを持つ油が含まれています。



《作り方》

- ① さばの切り身を3等分に切り、塩をふってしばらく置いておく。
- ② ①から出た水分をキッチンペーパーでふきとり、もう一度軽く塩、こしょうをふりかける。
- ③ カレー粉と小麦粉をポリ袋に混ぜ合わせ、②をポリ袋に入れてふって、まんべんなくまぶす。
- ④ フライパンにサラダ油を入れ、皮側から焼く。
- ⑤ 器に盛り付け、サラダ菜、レモンを添える。

(食生活改善推進会)