

# 話・和・輪

～ くれ愛通信 ～

八所宮お神楽くらぶによる浦安の舞

コミュニティ  
事業

1月13日(日)



## 厳かな雰囲気で行われた新年の始まり

～新春のつどいで浦安の舞と津軽三味線を観賞～

久しぶりに暖かい朝を迎え「新春のつどい」を開催しました。

当日は、インフルエンザの流行時期と重なりましたが、113人に参加していただきました。

オープニングは、吉武の八所宮お神楽くらぶによる「浦安の舞」。初めて見る人も多かったようで、水を打ったように静かな雰囲気の中で5人の巫女さんに厳かに舞っていただきました。

本来は神様に奉納するお神楽ですが、日頃の練習の技をコミュニティ・センターで観賞させていただきました。

会長のあいさつで、協議会の発展と皆様の健康を祈願し、鏡開き、乾杯と続き、喉を潤しお腹を満たしているうちに、石井流津軽三味線の演奏が始まりました。

男性演奏者は地元の方、女性演奏者は九州でもトップクラスの演奏者というこ

堪能しました。

各テーブルには、部会や構成団体の方、また、今年度から始めた学童保育や来年度からスタートする防災士会の方も新たに加わり会話が弾んでいました。

協議会では老若男女、多様な人々が楽しく、安全で安心して暮らせるまちづくりを目指してまいります。地域の皆様のご協力が得られてこそできることです。どうぞよろしく願います。

(事務局)



石井流津軽三味線の演奏





会話も楽しくスロージョギング



古沢 昭一さん

毎日の日常生活の中で、体への心配りを気にされている方は多いのではないかと思います。

今回ヘルス推進員の健康教室では、講師に古沢昭一さんをお招きし、ウォーキング講座を開催しました。

36人の参加者は、最初はハードな運動なのかと気にされていましたが「このスロージョギングであれば私でも家の中で少しずつできる」「毎日続けられそう」という意見が多く聞かれました。

私も最初は「小幅度歩く」を気にしすぎて笑顔がなかったけれど、そのペースに慣れてくると、一緒に運動する方と笑顔で会話が弾みました。

自分ひとりのペースでできる運動だと思えました。(竹下)

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

将来を見据え、安定した行政サービスを提供するために、平成31年4月利用分から公共施設の使用料を値上げします。(一部を除く)皆様のご理解をお願いします。

赤間地区コミュニティ・センター	現行使用料 (3時間)	新使用料 (3時間)
会議室 A	320円	380円
会議室 B		
和室 A	320円	380円
和室 B		
介護予防室	390円	470円
カルチャールーム A	430円	510円
カルチャールーム B (音楽室)		
多目的ホール A (舞台あり)	860円	1,040円
多目的ホール A (舞台なし)	500円	600円
多目的ホール B		
多目的ホール C		
調理室	320円	380円

\*冷暖房料、照明料、備品料は現行通りで変更ありません。  
【問合せ】宗像市経営企画課 (TEL:36-1192)

＜女性の健康週間 講演会＞

東洋医学から学ぶ  
更年期と上手に付き合うヒント

もしかして更年期?と感じたことはありませんか。  
正しい知識を知り、上手に乗り切るヒントを得ましょう。

日 時: 3月8日(金) 13:00~15:00  
会 場: メイトム宗像 202 会議室  
講 師: 矢野 博美さん(飯塚病院 漢方診療科 医師)  
対象・定員: 女性市民 50人(応募多数の場合は抽選)  
受講料: 無料  
申込締切日: 2月27日(水)  
\*託児あり(要予約・5カ月~就学前)  
\*詳細は、市広報 2/1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)

＜認知症サポーター向けのステップアップ研修会＞

受講者募集!!

日 時: 3月7日(木) 14:00~16:00(予定)  
テーマ: 認知症について知っておきたいこと  
~早期発見のための手がかりやいざという時の  
支援組織を含めて~

講 師: 石野 洋一さん  
(内科・放射線科 石野クリニック院長)

会 場: メイトム宗像 202 会議室  
受講料: 無料  
定 員: 20人(先着順)  
締 切: 2月28日(木) まで  
【申込み・問合せ】  
社会福祉法人 宗像市社会福祉協議会  
(TEL 37-1300/FAX 37-1393)

宗像市消費生活センターからの

最新情報

☆相談事例☆

インターネットを利用中に突然「ウイルスに感染している」と警告画面が表示された。不安になり記載の番号に電話をしたら「セキュリティ対策が必要」と言われ対策ソフトの購入を勧められた。購入しても大丈夫か。  
(60歳代男性)



突然パソコンに表示される警告画面に注意!

＜アドバイス＞

実際にはウイルス感染していないのに、不安を感じた利用者が画面の連絡先に電話をすると、セキュリティソフトの購入やウイルス除去のサポート費用などを請求する手口です。









警告画面が表示されても、慌てて連絡や契約をしないようにしましょう。

困ったときは、消費生活センターに相談しましょう。

宗像市消費生活センター TEL 33-5454/FAX 33-5469



# 2月 行事予定表 = 赤馬館 休館日

日	曜	行 事
2/1	金	まつり実行委員会
2	土	
3	日	ファミリー音楽会(青少年育成部会) 公民館活動部会
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	
10	日	
11	月	建国記念の日 休館日
12	火	学童運営役員会  健康福祉部会
13	水	青少年育成部会
14	木	区長会
15	金	喫茶「寄れ寄れ」(TMA会) 
16	土	
17	日	地域包括 ケアシステム講演会
18	月	休館日 
19	火	
20	水	役員会
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	赤間宿まつり 
24	日	赤間宿まつり 
25	月	休館日 
26	火	
27	水	
28	木	

## ボランティア事業

2月17日(日) 登記相談 (9:30~11:30)  
 2月20日(水) 法律相談 (15:00~18:00)  
 2月22日(金) ぬりえの時間 (10:00~11:30)  
 2月28日(木) 楽しい英会話  
 (キッズ 18:00~、大人 19:00~)  
 \*事前予約をしてください。(希望者多数の場合は先着順。ただし定員を超える場合は、赤間地区の方を優先させていただきます。)  
 \*キッズ英会話のみ、開催月の1日から受付です。  
 \*「おもちゃ病院」と「年金相談」はいつでも受付します。

## なかよし サロン

## ファミリーおんがくかい!

毎年恒例となりました“おでかけ音楽隊”による楽しいコンサートです。今年は「おおかみと7ひきのこやぎ」から、フルート・ピアノの演奏や歌を行います。  
 お母さんお父さんはもちろん、おじいちゃんおばあちゃんも一緒に楽しんでください♪  
 日 時：2月3日(日) 10:30 開演(10:00~受付)  
 場 所：多目的ホール  
 対 象：0~3歳児のご家族  
 ※入場無料・申し込み不要



## ヘルスの 健康教室

## 健康講座

日 時：2月8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)



## 第21回 唐津街道 赤間宿まつり

平成31年2月23日(土)・24日(日)

時 間：10:00~15:30

場 所：唐津街道赤間宿通り

\*詳細は2/15号のチラシをご覧ください。



## 赤間地区シルバー農園 利用者募集!

赤間地区シルバー農園「名残ダッシュ村」の利用者を募集します。野菜やお花を育てませんか?  
 対 象：赤間地区にお住まいの60歳以上の方  
 会 費：1,200円(年間)  
 \*別途、自治会費が必要となります  
 募集人員：2人 2区画(1区画約30㎡)  
 申込先：赤間コミセン(TEL: 39-7051)  
 締切り：2月28日(木) 17:00まで  
 \*応募多数の場合3/3(日) 15:00から抽選となります。

☆赤間地区福祉会☆



# 赤間宿のにぎわいづくり♪

赤間宿 ネコデコ  
**ビストロカフェ Neco Deco**



「おいしい=笑顔=幸せ」がモットーです😊

おすすり！  
宗像牛ハンバーグ

辻田橋のすぐ近く、  
 やきとり志津さんのお  
 向かいに 11月20日  
 「赤間宿ビストロカフェ  
 Neco Deco」がオーブ  
 ンしました！

「ネコデコとは、ネコ  
 の額ほどせまいお店(ネコのおでこ)というところからつけた  
 名前です」と、オーナーの森上(もりがみ)ご夫妻。

縁あって出身地の北九州から宗像へ移住。住みやすい宗  
 像がとても気に入る、赤間で開催するお祭りやお店に何度も  
 訪れていたそうです。

「地域の方とつながりながら、地元の方に喜んでもらえる  
 お店にしたい」という思いがあふれるメニューには、宗像のお  
 野菜や、近所のお店の食材がたくさん使われています。

まるでお友達の家に遊びに来たような、温かい雰囲気のお  
 店です。お昼はランチ、夜はお酒も楽しめるビストロなの  
 で、お友達やご家族と気軽に立ち寄りみてください。



幕末維新記念館の様子

「幕末維新記念館」で  
 は、大型スクリーンで幕  
 末維新期のドラマを体感  
 し、大隈重信などを輩出  
 した伝説の藩校を体験で  
 きる「リアル弘道館」で  
 は、生徒になり学びの体  
 験をしました。

「葉隠みらい館」では、  
 今の自分に必要な葉隠  
 (武士の心得・いかによく  
 生きるかという教え)を  
 知ることができ、大変盛  
 り上がりしました。

明治維新から150  
 年、佐賀の七賢人の「技」  
 「人」「志」を学び、また佐  
 賀の最新技術と郷土愛  
 あふれる人々のおもてな  
 しに刺激を受けた一日  
 でした。

市川

ボランティア  
 ガイド

12月10日(月)

## 自分に必要な葉隠とは

### 赤馬館 NEWS

地島の椿油



自然素材なので  
 安心して使えますよ♪

#### ＜ハンドメイド講座＞

### 恋する♡香る ルージュ&リップクリーム

地島の椿油を使用した口紅、リップクリームの手作り体験(ワーク  
 ショップ)を開催します。オレンジ、ラベンダー、ペパーミントの3種類  
 から好きな香りをお選びいただけます。

ご予約の方が優先ですが、当日参加もOKです！ご参加お待ちし  
 ています。(ご予約、詳細は赤馬館までお問い合わせください。)

日 時：2月16日(土) 13:00~15:00

料 金：1,000円(リップクリーム)  
 2,000円(口紅)



【申込み・問合せ】街道の駅 赤馬館 TEL:0940-35-4128

### つくってみませんか

赤間のイベントにはかかせない！

### きょんちゃん漬(大根のしょうゆ漬)

《材 料》

- 大根.....小1本(1kg)
- しょうゆ.....1カップ
- A 酢.....1/2 カップ
- みりん.....1/2 カップ
- ざらめ.....100g
- 昆布.....約10cm
- 唐辛子.....適量



赤間在住の的場清乃さん(きょんちゃん) 考案の「きょんち  
 ちゃん漬」レシピです。赤間のイベントでも大好評です！  
 ぜひ作ってみてください。

《作り方》

- ① 大根は皮をむいて、4つ割ぐらいにして3~5mmの薄切りにしておく。
  - ② A の材料を火にかけて沸騰させ、煮立った汁を①の大根にかける。
  - ③ 唐辛子と細切りにした昆布を入れる。
- \* 食するのは、翌日から1週間ぐらい。(冷蔵庫で保存)

調味料の残りで、ゆで卵や  
 豚肉、鶏手羽先などを煮たら  
 おいしいですよ。



的場 清乃さん