

話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～



コミュニティ文化祭

9月28日（土）、29（日）にコミュニティ文化祭を開催しました。館内は、たくさんの展示作品で彩られました。またステージ発表では、子どもから大人まで日頃の練習の成果を披露し、にぎわいました。

健康コーナー大盛況



赤間病院のミニ健康チェック

展示コーナーは力作揃い！



にぎやかなステージ発表



宗像市役所健康課の健康マルシェおなかた



9月27日(金)

母と子が笑顔であれば みんな元気になる



朝倉災害母子支援センター「きずな」へ、15人で視察に行きました。

閉院した産婦人科を利用して、施設を立ち上げた大庭きみ子さんの素晴らしい活動を聞いてきました。

被災した母子の心のよりどころになる場所として、ボランティアの女性も受け入れ、全国各地から感謝の言葉であふ

見学後は、災害復興支援のために、農産物直売所あさくらで名産の柿、ぶどう、梨などを袋いっぱいに買いました。

とても有意義な視察研修でした。(坂井)

れる施設でした。大場さんの「母と子が笑顔であればみんな元気になる」という言葉が、とても心に残りま

10月18日(金)

出前健康測定会に市長が訪問



健康福祉部会が実施している出前健康測定会の三郎丸団地公民館

会場に、宗像市長の伊豆美沙子さんが来られました。

市長を囲んで昼食を食べた後「赤間地区健康測定会十年の歴史」の資料を基に、部会長がこの活動の説明をしました。

その後、部会員と一緒に測定器具を実際に使って測定をしていただきました。

この日は朝から雨でしたが、測定会に41人の方が参加され、公民館には活気がありました。

市長は「健康に気をつかわれている方がたくさん参加されているところを拜見できて非常に良かった。測定器具の操作も楽しかった」と言われています。

未測定の方、11月30日に赤間コミセンでお待ちしております。(吉田)

心を軽く生きるためのヒント

日常の「ことば」の違和感について考える

何か「もやもや」と感じているあなたへ

日々、自分が使っている「言葉」について考えてみませんか？



日 時：12月11日(水) 10:00~12:00

会 場：メイトム宗像 結工房

講 師：富永 桂子さん (NPO 法人ジェンダー平等 福岡市民の会 理事長)

対象・定員：市民 20 人 (応募多数の場合は抽選)

申込締切日：12月1日(日)

* 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)

合同公売会 in 宗像ユリックス

福岡地区の市町と県税事務所が合同で公売会を開催します。市税等の滞納により差し押さえた物品を、入札形式で売却します。出品数は約300点を予定。売却代金は滞納税に充当します。参加無料、事前申込不要です。ぜひお越しください。

日 時：11月16日(土) 9:00~

会 場：宗像ユリックス イベントホール

出品物：テレビ、アクセサリ、日用生活雑貨など
持参品：印鑑、代金、本人確認ができるもの

(運転免許証、健康保険証など)

* 出品物などの詳細については、宗像市ホームページをご覧ください。

【問合せ】

宗像市収納課 (TEL 36-5392)

公売会当日 (TEL 090-2714-9417)

宗像市消費生活センターからの

最新情報

~電力会社の切り替えは慎重に~

電力会社から電話があり「電気料金が安くなる」と言われたので、料金プランの変更と思っていた。

後日、届いた書類を見たら別の電力会社との契約書だったという相談が多く寄せられています。

3年前から電力自由化がはじまり、電力

提供会社を自由に選べるようになりました。













契約先を変更するつもりがない場合は、きっぱり断りましょう。

電話勧誘や訪問販売で契約した場合は、契約書面を受け取って 8 日以内であればクーリング・オフができます。



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	金	健康測定会 (健康福祉部会)   <田久> 時間: 9:30~11:30 会場: 田久公民館
2	土	<桜美台> 時間: 13:30~15:30 会場: 桜美台公民館
3	日	文化の日 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	まちづくり懇談会
10	日	赤間地区コミュニティ囲碁大会
11	月	休館日 
12	火	学童運営役員会 健康福祉部会
13	水	時間: 11:00~16:00 場所: サロン お待ちしております♪ 
14	木	区長会
15	金	喫茶「寄れ寄れ」(TMA 会)
16	土	赤間っ子フェスタ(青少年育成部会)
17	日	秋の3まつり
18	月	休館日 
19	火	赤馬館経営委員会 青少年育成部会
20	水	役員会 時間: 10:00~12:00 場所: 多目的ホール どなたでもどうぞ 
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	勤労感謝の日
24	日	時間: 10:00~12:00 場所: キッズルーム 対象: 0~3歳の親子
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	
28	木	唐津街道むなかた推進協議会 
29	金	広報委員会
30	土	健康測定会(健康福祉部会) 

ボランティア事業

- 11月15日(金) ぬりえの時間 (10:00~11:30)
- 11月20日(水) 法律相談 (15:00~18:00)
- 11月24日(日) 登記相談 (9:30~11:30)
- 11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。

ヘルスの健康教室

ソフトヨガ

日 時: 11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

持参品: 上履き、飲み物、タオル

玄米ニギニギ棒(持っている方)

*マットの上に敷くバスタオルをお持ちください。



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。出店もたくさん出るよ!

日にち: 11月17日(日)

☆第23回九州大道芸まつり in 宗像

時 間: 10:00~15:30

場 所: 赤間宿通り

☆街道の駅赤馬館5周年感謝祭

時 間: 10:00~20:00

場 所: 街道の駅赤馬館

☆第12回夢灯笼まつり

時 間: 10:00~20:00 (点灯式 17:00)

場 所: 熊越池公園

*詳細は 10/15 配布のチラシをご覧ください。



健康測定会

今年度最後の健康測定会を、赤間コミセンで開催します。今年度未測定の方は、ぜひお越しください。

日 時: 11月30日(土) 9:30~12:00

場 所: 赤間コミセン 介護予防室

対 象: 40歳以上で今年度未測定の方

*測定料無料、事前申し込み不要

*測定ファイルをお持ちの方はご持参ください。



9月15日(日)

市の大会を目指し真剣勝負!



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。
一般交流の部11チー
ム(93人)、世代間交
流の部4チーム(29人)
が自治区代表として出
場しました。
当日は晴天に恵ま
れ、市の大会への出場を
目指し熱戦が繰り広げ
られました。
グラウンドゴルフは、
子どもから高齢者まで
手軽に楽しめるスポー
ツで、特に健康寿命を延
ばすスポーツ活動として
高齢者の参加が増加し、
今年も大盛況でした。
大会の結果は、一般の
部の優勝は陵厳寺チー
ム、準優勝は石丸チー
ム、世代間交流の部の優
勝は田久チーム、準優勝
は徳重チームでした。
市の大会でもご健闘
をお祈りいたします。
(齊藤)

地域環境 部会

10月6日(日)

ゴミのない釣川を目標に



小雨の降るあいにく
の天気にも関わらず、
600人以上集まって
いただき釣川クリーン作
戦を無事実行するこ
とができました。
今年「地域の子ども
も地域の大人たちと
一緒に」という城山中
学校からの提案で、各
地域で中学生が大人
や小学生と一緒に清
掃活動を行いました。
近年は「ゴミが少な
い」という会話が当たり
前になりつつあり「ゴミ
がないのが普通」という
感覚が地域の中で共有
されていくことも、この
事業の意義かもしれな
いなあと感じました。
ご協力いただいた地
域の方、学校関係者、
近隣の事業所の皆さ
ま、ありがとうございます。
(戸高)

赤馬館 NEWS

唐津街道赤間宿 秋の3まつり 赤馬館は5周年感謝祭を開催します!!



昨年度の様子

11月17日(日)の秋の3まつりでは、赤馬館内でミニコンサートや
ブティック・ファッションショー、本格和装の着付け体験を行います。

また、勝屋酒造倉庫前では「赤間の魅力を再発見するワークショップ」などのイベントを開催します。

名物「赤馬ぜんざい」をはじめ、さまざまな喫茶メニューでおもてなし
します。

*11月17日(日)は、10:00~20:00まで営業しております

【問合せ】街道の駅 赤馬館 TEL:0940-35-4128

つくってみませんか

あなご丼

《材 料》(2人分)

- あなごのおろし身 2枚
- 温かいごはん…… どんぶり2杯分
- だし汁…………… 大さじ4
- しょうゆ…………… 大さじ1
- みりん…………… 大さじ 1/2
- 酒…………… 大さじ1
- 粉さんしょう…… お好みで
- しその葉…………… 千切り
(お好みで)

宗像のおいしい
旬のあなごを食べ
よう!



《作り方》

- ① あなごは生のまま
であれば下処理を
する(まな板を斜めにし、皮目を上にして
熱湯をかけ、冷水におとし包丁の背でぬ
めりを取る)。
- ② 鍋にAの調味料を煮立てる
- ③ 2~3切れに切ったあなごを入れ、落し蓋
をして皮が柔らかくなるまで中火で炊く。
- ④ 汁が残っている状態で火を止める。
- ⑤ どんぶりのご飯の上に盛り付けて、汁を上
からかける。好みでさんしょう、しその葉を
上にのせる。

(食生活改善推進会)

新担当紹介

10月から赤間地区
の担当になりました市役
所コミュニティ協働推進
課の児玉可也子(こだま
かやこ)です。
よろしく願います。

