

話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～



いざという時のために知っておこう! 災害時の車両一時避難場所

メガフェイス 1500 宗像

スタジアム 2001 宗像店

宗像地区消防本部
宗像消防署赤間出張所

福岡

Google Maps

岡垣



赤間コミセン HP



赤間コミセン Facebook

- ・ 立体駐車場使用時の注意事項
- ・ 駐車場の使用は滞在などを目的としたものではありません。避難目的以外の利用は控えましょう。
- ・ 全ての避難車両の確実な収容が保障されるものではありません。
- ・ 駐車中の事故や盗難などのトラブルは自己責任となります。
- ・ 施設に損害を与えた場合は、使用者が被害弁償を行うこととなります。
- ・ 避難の必要がなくなったら速やかに車を移動させましょう。

(事務局)

先月号でお知らせしたとおり、災害が発生し宗像市内に警戒レベル3(高齢者等避難)が発令された際、①メガフェイス1500宗像、②スタジアム2001宗像店(2カ所)の立体駐車場を、地域住民のための車両の一時避難場所として開放していただけるようになりました。(自家用車に限る)

赤間地区と遊技場との協定のため開放の周知は赤間地区コミュニティ運営協議会のホームページとフェイスブックのみで行います。

いざという時のために、情報が受け取れるようにしておきましょう。

今年も
やります!

「赤間地区コミュニティ(公式)」に登録して ステキな賞品をGETしよう!

健康福祉部会では、福岡県民のために開発され、自分が毎日どのくらい歩いているのかが一目でわかる「ふくおか健康ポイントアプリ」の登録をおススメしています。

下記の QR コードからスマホにアプリをインストールし「赤間地区コミュニティ (公式)」にグループ登録した方の中から、街道の駅赤馬館の商品券 1,000 円分を抽選で 10 人の方にプレゼント!

当選者は、本紙の 7 月号で発表します。

- * 赤間地区にお住まいの方の限定企画です。
- * 6 月 15 日 (水) の時点で、グループ内のランキングに表示されている方の中から抽選します。
- * アプリを開くと前日までの累計が表示されます。一定期間アプリを開かないと、ランキングから表示が消えるのでご注意ください。

登録はコチラから!



android



iphone

グループ名: 赤間地区コミュニティ (公式)

パスワード: 0940

〈スマホ画面の見本〉

地域健診のお知らせ

市健康課では、市民の皆さんに自分の健康状態を知っていただくために住民健診を行っています。

コロナ禍で健康が気になる今だからこそ健診を受けて健康チェックをしませんか。

【申し込み方法】

市広報紙 3/15 号と同時配布の「令和 4 年度保存版むなかた健康ガイド」に添付の住民健診申込はがきでお申し込みください。

【問い合わせ先】

宗像市健康課 (TEL 36-1187)

健診内容	健診日程	健診実施場所
特定健診 がん検診 節目健診	6 月 23 日 (木) 午前	メイトム宗像
特定健診 がん検診	6 月 27 日 (月) 午前	<u>赤間コミセン</u>

* コミュニティ・センターに「令和 4 年度保存版むなかた健康ガイド」を設置しています。

宗像市消費生活センターからの

最新情報

契約先が変更? 光回線乗り換えの勧誘電話に注意!

☆相談事例☆

「インターネットにつながる機械を交換するとネットが速くなり、料金も安くなる」と電話があり話を聞いた。

しかし今日知らない業者から書類が届き、契約先が変わっていることを知った。元の契約に戻したい。



☆アドバイス☆

契約書面を受け取ってから 8 日間は「初期契約解除制度」により契約の解除ができます。勧誘時に事実と異なる説明を行うことは禁止されています。勧誘を受けた際には先に事業者名や契約先が変わるのかどうかを確認するようにしましょう。

宗像市消費生活センター TEL 33-5454 / FAX 33-5469

5月 行事予定表

 赤馬館
休館日

日	曜	行 事
1	日	休館日
2	月	休館日 
3	火	憲法記念日 休館日
4	水	みどりの日 
5	木	こどもの日 
6	金	
7	土	地域子ども教室
8	日	あかま学習室 公民館活動部会 時間:9:30~20:30 場所:会議室 AB 定員:10人 
9	月	休館日 
10	火	地域環境部会
11	水	
12	木	区長会
13	金	
14	土	0歳児の親子ふれあいサロン (青少年育成部会)
15	日	あかま学習室 時間:9:30~20:30 場所:会議室 AB 定員:10人 
16	月	休館日 
17	火	
18	水	役員会
19	木	
20	金	男女共同参画部会 時間:9:30~20:30 場所:会議室 AB 定員:10人 
21	土	
22	日	あかま学習室 コミュニティ総会 (赤間小学校体育館) 
23	月	休館日 
24	火	
25	水	青少年育成部会
26	木	
27	金	広報委員会
28	土	健康福祉部会
29	日	あかま学習室 時間:9:30~20:30 場所:会議室 AB 定員:10人 
30	月	休館日 
31	火	

*ご来館の際は、マスクの着用にご協力ください。
*新型コロナウイルス感染症の発生状況により、記載の行事は直前に中止する場合があります。

ボランティア事業

5月15日(日) ぬりえの時間 (10:00~11:30)
5月18日(水) 法律相談 (15:15~17:45)
5月21日(土) 認知症相談 (10:00~11:30)
5月29日(日) 登記相談 (9:30~11:30)

*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)

申込み
不要

ちいき きょうしつ 地域子ども教室



日 時: 5月7日(土) 10:00~12:00
場 所: 赤間コミセン 多目的ホール A
対 象: 小学生 *参加費は無料です
内 容: 当日のお楽しみ♪
持参品: 上履き、水筒
問合せ: ガールスカウト福岡県第28団
(TEL: 33-5933) 担当: 片岡

0歳児の

親子ふれあいサロン



0歳児の赤ちゃん和妈妈を対象に、助産師さんを招いてベビーマッサージを教えてください。育児相談もできますよ♪

日 時: 5月14日(土) 10:30~12:00
場 所: 赤間コミセン 多目的ホール
対 象: 赤間地区在住の1歳未満の赤ちゃん和妈妈
講 師: 榊田 えみ子さん(モニカ助産院助産師)
定 員: 先着15組(要予約)
申込み: 赤間コミセン事務局(TEL: 39-7051)
参加費: 無料
持参品: 上履き、バスタオル、水筒

赤間地区
限定

あかまなかよしサロン



6月から「あかまなかよしサロン」を再開します。
令和4年度は、毎月第1金曜日です。毎月1日から、翌月の参加申し込みを受け付けします。

日 時: 6月3日(金) 10:00~11:30
場 所: 赤間コミセン 多目的ホール
対 象: 0~3歳までの親子(赤間地区在住の方限定)
定 員: 先着5組(要予約)
申込み: 赤間コミセン事務局(TEL: 39-7051)
参加費: 無料
持参品: 上履き、バスタオル、お子様の飲み物
*お子様の体重測定もできますよ♪

避難する時に気を付けること

車も大事だけど、まずは自分の命が一番大事！

- ・暴風の中での運転や避難行動は大変危険。早めの避難を心掛ける。
- ・風や雨が強まる前に準備し、安全を必ず確保（避難しない方が安全かどうか判断）したうえで避難や車の移動などの対策を行う。
- ・災害時に外の様子（特に河川の水位など）を見に行く行為は大変危険なので控える。



車中避難の注意ポイント

一酸化炭素中毒に注意！

- ・車中避難を行っている際は、長時間エンジンをかけ続けられないようにする。
- ・エンジンをかける際は、30分～1時間間隔で換気する。



エコノミークラス症候群に注意！

- ・ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う。
- ・水分を、十分にこまめに取り。
- ・アルコールを控える。できれば禁煙する。
- ・ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない。
- ・かかとの上げ下ろし運動をしたり、ふくらはぎを軽くもんだりする。
- ・眠るときは足をあげる。



*エコノミークラス症候群は、血のかたまりが肺の血管で詰まることで起こります。

*最悪の場合は死に至るため気を付けましょう。

皆さん、防災意識を高めましょう！
防災は、1に準備、2に準備、3、4も準備
5も準備!!
右のQRコードから
宗像市の防災メールを
登録しておきましょう。



宗像市防災 HP



防災士会会長 田中良幸さん