



赤間地区コミュニティだより

話・和・輪

～ ふれ愛通信 ～

第217号

令和4年8月1日

発行

赤間地区コミュニティ
運営協議会（広報委員会）

TEL: 0940-39-7051

FAX: 0940-39-7052

HP: <http://wawawa.org>

Facebook: てくてく。赤間

あかまなかよしサロン



6月は宗像市の保健師(右)の育児相談

赤間コミセンの広いホールで開催

青少年
育成部会

6月3日(金)

6月から毎月第1金曜日に子育てサロンを再開しています。(8月はお休み)子どもたちが、のびのび動く姿を眺めながら、お母さん同士も久しぶりの交流であったという間に終了時間。帰りはちよっぴり名残惜しかったです。
(主任児童委員)

少しずつ活動再開 日常の兆し感じる

出前健康測定会



身長測るの久しぶりね

田久公民館会場の様子

健康福祉
部会

6月17日(金)

3年ぶりに各自治公民館に出向いて、健康測定会を開催しています。久しぶりに地域の方と顔を合わせ、測定会場は和気あいあいとした雰囲気でした。新しい測定機器も加わり、自身の健康状態がより分かりやすくなっていますので、ぜひご参加ください。
(部会長 石松)

脚の筋力とバランスを測る機器「ザリッツ」

刈った草とごみで段ボール7箱分も！！



ごみのポイ捨ては
ダメよ～

「ひとりチョボラ」の恒例になっている
鍵橋下の草刈り。私の楽しみは一緒に活動
するメンバーとのちょっとした会話です。
今回衝撃的だったのは、仲間の「この草
たちもかわいそうよなあ。生きるために生
えてきているのに、俺たちに刈られてな
あ」と言いながら、全くの妥協を許さない
草の刈りっぷりでした。
草刈りは、一生続けられる楽しみになり
そうです。(部会員 戸高)

地域環境
部会

6月4日(土)

「ひとりチョボラ」の輪が広がる



来場者に防災の啓発

この日はお天気に
恵まれ、市内外から
家族連れなど多くの
お客さんが訪れ、大
変にぎわいました。
前回同様、防災啓発を兼ねた「ちょこ
っとプレゼント」やワクワクドキドキの
「抽選コーナー」を地域環境部会が担当
して、イベントを盛り上げてくれました。
コロナウイルス感染防止のため、手づ
くり体験などはできていませんが、作品
を介して、みんなが交流できるこのイ
ベントをこれからも続けていきたいと思っ
ています。(事務局)

One day
market

6月12日(日)

手づくり作品を通して地域交流

スマホ
講座①

スマホを体験してみよう



アプリの追加とLINEの使い方

スマホ
講座②

スマホをお持ちでない方が対象の講座です。

日時：8月28日(日) 9:30～10:30
場所：赤間コミセン 多目的ホール
講師：ドコモ認定講師
対象：スマホを体験したい方 (赤間地区在住の方限定)
*体験用スマホを全員貸し出します
参加費：無料
定員：先着10人(8/2(火)から受付開始)
申込み：赤間コミセン事務局(TEL: 39-7051)
持参品：スリッパ、筆記用具

スマホをお持ちの方で、初心者向けの講座です。

日時：8月28日(日) 11:00～12:00
場所：赤間コミセン 多目的ホール
講師：ドコモ認定講師
対象：スマホ初心者の方 (赤間地区在住の方限定)
*どの携帯会社のスマホでもOKです
参加費：無料
定員：先着10人(8/2(火)から受付開始)
申込み：赤間コミセン事務局(TEL: 39-7051)
持参品：自分のスマホ、スリッパ、筆記用具

<主催：赤間地区コミュニティ健康福祉部会>

フィッシングメールにご注意!

☆事例☆

携帯電話会社から「重要なお知らせ」と書かれたショートメールが届いた。
通信サービスが停止する可能性がある
と書かれてある。添付
のURLにアクセスして
も大丈夫か。



☆アドバイス☆

添付URLにアクセスすると、本物そっくりの偽ホームページが表示され、指示通りに入力することでアカウント情報(ID、パスワードなど)が盗まれます。
その結果、不正利用され携帯電話会社のキャリア決済(*)で不正請求されることとなります。アクセスせずに無視しましょう。スマートフォンのキャリア決済の上限額を下げておくことも有効です。
*キャリア決済とは商品代金を携帯電話料金と合算で支払う決済サービスです

宗像市消費生活センター TEL 33-5454/FAX 33-5469

8月 行事予定表

 = 赤馬館
休館日

日	曜	行 事
1	月	休館日 
2	火	地域環境部会
3	水	赤馬館事業推進委員会
4	木	
5	金	
6	土	地域子ども教室
7	日	あかま学習室 公民館活動部会 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> 時間: 9:30~20:30 場所: 会議室 AB 定員: 10人 </div> 
8	月	休館日 
9	火	学童運営役員会
10	水	
11	木	山の日 区長会
12	金	
13	土	休館日 
14	日	休館日 
15	月	休館日 
16	火	赤馬館経営委員会
17	水	役員会
18	木	
19	金	男女共同参画部会
20	土	
21	日	あかま学習室 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> 時間: 9:30~20:30 場所: 会議室 AB 定員: 10人 </div> 
22	月	休館日 
23	火	
24	水	青少年育成部会
25	木	
26	金	
27	土	健康福祉部会 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;"> 時間: 9:30~20:30 場所: 会議室 AB 定員: 10人 </div> 
28	日	あかま学習室 自主防災会研修 スマホ講座 (健康福祉部会) P2 参照
29	月	休館日 
30	火	
31	水	

ボランティア事業

8月17日(水) 法律相談 (15:15~17:45)
 8月20日(土) 認知症相談 (10:00~11:30)
 8月28日(日) 登記相談 (9:30~11:30)
 8月の「ぬりえの時間」はお休みです。

*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: 8月6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: 水を浄化してみよう。ろ過装置を作る
 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

お盆のお知らせ

8/13(土)~8/15(月)まで
 コミュニティ・センターはお盆のため
 休館です。

8/13(土)~8/15(月)
 お盆の期間、燃やすごみの収集は
 お休みです。



問合せ先: 市役所 環境課 (TEL: 36-1421)

あかまなかよしサロン

毎月第1金曜日開催です。お子様の体重測定も
 できますよ♪

日 時: 9月2日(金) 10:00~11:30
 場 所: 赤間コミセン 多目的ホール
 対 象: 0~3歳までのお子さんと保護者
 (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)
 受 付: 8月2日(火) から受付開始
 参加費: 無料
 持参品: 上履き、お子様の飲み物



まずは体験してみよう

公民館活動部会は、福岡市にある福岡市民防災センターで視察研修を実施しました。

防災センターは、いろいろな災害の模擬体験を通して、防災に関する知識や対処法などを身につける施設です。

今回の研修項目は、風水害の「VR防災体験」と「消火体験」「避難体験」そして震度7の「地震体験」。11人の参加者は一様に「とても貴重な体験ができた」「防災意識がさらに強くなった」と感想を述べていました。

(部会員 本多)

*VR防災体験とは

ゴーグルをかけて専用のイスに座り、仮想現実の世界を視覚・聴覚・嗅覚などの五感全てでリアルに体験するもの



VR防災体験



消火器を使った消火体験



真剣に説明を聞く参加者

防災資機材の
取り扱いにチャレンジを!

赤間地区の防災士を対象に、防災倉庫に格納されている防災資機材の取り扱い操作訓練を、6月から数回に分けて実施しています。

この日の参加者は8人でした。

防災資機材は、発電機、照明セット、簡易トイレ、着替え用テント、エアベッド、車いす、リヤカーなどがあります。

この訓練は、災害時に避難所を開設する際、最小限の機材を避難者自ら、組み立て、活用するために重要です。

今後も、この訓練を防災士以外にも広げていきたいと考えています。自治会などで訓練を希望される場合は、コミュニティ事務局に希望の日時、人数を添えて、ご相談下さい。

(防災士会会長 田中)

災害時を想定して簡易トイレを使ってみました



簡易トイレを組み立てる



尿に見立てて水を入れる



凝固剤を入れる



固まった汚物をビニールごと処分

つくってみませんか
アジと野菜の黒酢あん

《材 料》(4人分)

- アジ(三枚おろし) .. 280g
- 酒 .. 小さじ4
- 片栗粉 .. 適量
- 油 .. 適量
- パプリカ赤 .. 1/2個
- パプリカ黄 .. 1/2個
- 玉ねぎ .. 1/2個
- 黒酢 .. 大さじ2
- 酒 .. 大さじ1と1/3
- 濃口醤油 .. 大さじ1と1/3
- はちみつ .. 大さじ1と1/3
- いりごま .. 大さじ1

A

認知症予防レシピ

青魚に含まれるDHAには、脳神経細胞を活性化させる働きが期待できますよ!



《作り方》

- ① パプリカと玉ねぎは1cm幅に切る。
- ② アジは食べやすい大きさにそぎ切りにし、酒をふりかけておく。
- ③ ②をキッチンペーパーでふき、片栗粉をまぶす。
- ④ 中火で熱したフライパンに油をしき、③を皮目から焼く。両面焼き色がついたら、一度取り出す。
- ⑤ ④のフライパンに①を入れて中火で炒める。しんなりしたら、アジを戻し入れ、混ぜ合わせたAの調味料を加える。
- ⑥ 弱火でとろみがつくまで煮絡めて、器に盛っていりごまをふりかける。

(食生活改善推進会)