

公民館
活動部会



元気はつらつ！ ニュースポーツ大会

7月23日(日)、赤間地区自治会対抗のニュースポーツ大会を開催しました。

熱中症予防のため、空調がある赤間コミセンの多目的ホールやサロンを使い、参加した12チームが、まさに「暑い戦い」を繰り広げました。

競技種目は、ビーンボウリング、スカットボール、バツゴー、ターゲットゲームの4種目で、参加チームは、幼児からシニアまでの世代間を超えた編成となり、それぞれ一投一打歓声とため息が響き渡りました。

優勝は陵厳寺Bチーム、準優勝は赤間チーム、3位は徳重チームと、いずれもシニアチームが好成績をあげました。

この要因は、コロナ禍で3年間あまり活動ができなかった「うつぶん」が爆発したものだと思えます。

久しぶりの大会で、皆さんの元気はつらつな姿が印象的でした。そして、幼児や子どもたちも競技できるよう工夫してあり、楽しく笑顔で競技していました。

この内容であれば、もう少し

工夫すれば各自自治会の公民館や集会所でも開催が可能だと思います。子どもからシニアまでの親睦、健康寿命延伸にぜひ活用できればと考えます。

(部会員 太田)



表彰式の様子
(優勝: 陵厳寺Bチーム)



スカットボール



バツゴー

青少年
育成部会

7月30日(日)

「知識を一方的に受け取るだけじゃダメだ。一人一人が問題に向き合い、自分の意見や考えを持つ力を育てよう。」そんな思いで企画した講演会。

捨てられた猫、殺処分にあう猫。猫には幸せに暮らす権利や生きる権利はないのでしょうか。

わが子たちも参加し、帰宅後に否定も肯定もせずおしゃべりしました。

パパの狙い通り“ズシン”と受け止めてくれたようです。(部会長 日高)



講師:伊藤洋子さん(右)

保護猫活動を通じて
命の大切さについて考えよう



賞金あり!

赤間地区コミュニティ20周年記念事業

シンボルマークデザイン案募集

赤間地区にお住まいの皆さまからシンボルマークのデザイン案を募集します。

対 赤間地区在住の方

申 9月30日(土) 17:00 必着

申 赤間コミセン事務局 (☎39-7051)

*応募方法などの詳細は、9/1 配布のチラシ、または右記のQRコードから赤間コミセンのホームページをご覧ください。



赤間コミセンHP



コミュニティ文化祭

お楽しみ抽選会協賛お願い

赤間地区コミュニティ発足20周年記念イベントとして大抽選会を開催!



ただいま抽選会に協賛いただける事業所様を募集中です。(景品大歓迎!)

貴社のPRを兼ねて、一緒に文化祭を盛り上げてください(^_^)/

協賛いただける事業所様は、9月15日(金)までに、赤間コミセン事務局までご連絡ください。

問 赤間コミセン事務局 (☎39-7051)

生ごみ堆肥化講座

期 10月12日(木) 10:00~1時間程度

所 赤間コミセン

定 30人 *要予約、参加費無料

申 赤間コミセン事務局 (☎39-7051)

9/20(水)から受け付け開始

問 ごみ住連 (☎080-3950-9278)

*上履き、筆記用具をご持参ください。

★基礎講座受講者には、ダンボールコンポストスターターセットを提供(年間1世帯1セット、宗像市に住民票のある方)

★フォロー講座は、11月9日(木)開催予定



注意

ニセ電話詐欺にご注意

ニセ電話詐欺のほとんどが、犯人からの一本の電話から始まります。

- ★「キャッシュカード(通帳)預かります」
- ★「電子マネーカードを買って番号を教えてください」
- ★「ATMで還付金の手続き」
- ★「暗証番号を教えてください」
- ★「のどの病気が…」
- ★「すぐにお金が必要」





電話で「お金」にまつわる話はすべて詐欺です!



赤間地区防犯対策推進員会
事務局長 村山隆一さん

9月 行事予定表

 = 赤馬館 休館日

日	曜	行 事
1	金	あかまなかよしサロン (青少年育成部会)
2	土	地域子ども教室
3	日	第2回防災計画ワークショップ 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	宗像市総合防災訓練
10	日	
11	月	休館日 
12	火	
13	水	あかま スマイルカフェ
14	木	区長会
15	金	出前健康測定会 (健康福祉部会) 喫茶「寄れ寄れ」(TMA会) 学童運営役員会 男女共同参画部会 文化祭出店者説明会 (地域環境部会)
16	土	
17	日	
18	月	敬老の日 休館日
19	火	
20	水	文化祭実行委員会 役員会
21	木	
22	金	
23	土	秋分の日 健康福祉部会
24	日	
25	月	休館日 
26	火	
27	水	あかま スマイルカフェ 青少年育成部会
28	木	唐津街道むなかた推進協議会
29	金	出前健康測定会 (健康福祉部会) 広報委員会
30	土	

期 10:00~12:00
所 赤間コミセン
対 小学生
内容:ゲーム
目ばかり・手ばかり

期 15:00~17:00
*オーダーストップ 16:30
所 赤間コミセン
料 子ども 100円
大人 300円

期 15:00~17:00
*オーダーストップ 16:30
所 赤間コミセン
料 子ども 100円
大人 300円

ボランティア事業 *無料

9月15日(金) ぬりえの時間 (10:00~11:30)
9月20日(水) 法律相談 (15:15~17:45)
9月24日(日) 登記相談 (9:30~11:30)
*事前予約をしてください。「ぬりえの時間」「登記相談」は、前日17:00で受け付け終了。
*希望者多数の場合は申し込み順。ただし、定員を超える場合は、赤間地区在住の方を優先させていただきます。

あかまなかよしサロン



期 9月1日(金) 10:00~11:30
所 赤間コミセン
対 0~3歳までの親子 (赤間地区在住の方限定)
申 赤間コミセン事務局 (☎ 39-7051)
*要予約、参加費無料
*お子様の飲み物、バスタオル、上履きをご持参ください。

ヘルスの健康教室

あなたのからだを守る健康講座

期 9月8日(金) 10:00~11:30
所 赤間コミセン
講 武丸奈美さん (宗像市 健康課)
*申し込み不要、参加費無料
*上履き、水筒をご持参ください。



宗像市総合防災訓練

赤間地区の防災訓練は、各自治会単位で実施します。
期 9月9日(土) 9:00~
*詳細は、お住まいの自治会でご確認ください。



TMA会

喫茶「寄れ寄れ」

ゆっくりのんびりくつろぎにおいでください。
期 9月15日(金) 11:00~16:00
所 赤間コミセン
料 100円 (コーヒーまたは紅茶とちょこっとお菓子)



出前健康測定会

★9月15日(金)

<徳重区>
期 9:30~11:15
所 徳重集会所

<赤間区・
マツヨリ赤間1区>
期 13:30~15:15
所 赤間公民館

★9月29日(金)

<富地原区>
期 9:30~11:15
所 富地原公民館

<石丸区>
期 13:30~15:15
所 石丸公民館

こんにちは！ ヘルス推進員です



毎月第2金曜日、10時から11時30分まで赤間コミセンで健康教室を開催しています。5月からは、やっと地域の皆さまにご参加いただけるようになりました。

ヘルス推進員13人は、ソフトヨガやニュースポーツ、健康に関する講座を開催し、盛りだくさんで充実した時間を、参加される方々と一緒に過ごしています。

「参加して良かった」「来月も参加します」と、うれしい声もあります。

楽しく過ごすことを再確認できる教室です。皆さまの参加をお待ちしています。

(委員長 安部)

赤間地区ヘルス推進員健康づくり活動の推進や普及啓発などを図るため、各自治区から推薦され、委嘱された方々です。

地域環境
部会

8月6日(日)

救急車が来るまでに 応急手当を！



乳幼児への救命方法を熱心に聞く参加者

赤間コミセンで宗像消防署赤間出張所から消防隊と救急隊をお招きし、救急救命講習会を行いました。(参加者22人)

講習は、救急救命士の方から三角巾での止血や固定法、喉(のど)に食べ物などが詰まったときの処置、心臓や呼吸が止まった人に対する胸骨圧迫、人工呼吸

吸およびAEDの使い方、大人・小児・乳幼児の人数や訓練用AEDを使って体験しました。

78回目の「原爆の日」にかけがえのない「命」について考え、応急手当の技術と手を差し伸べる勇気を教えていただきました。

(部会長 篠原)



乳幼児への胸骨圧迫は指2本で

小児への胸骨圧迫は片手で



つくってみませんか

ミルクゼリー フルーツのマリネのせ

《材 料》(4人分)

- 牛乳..... 1と1/2カップ
- 加糖練乳..... 大さじ4
- 粉ゼラチン..... 5g
- 水..... 大さじ2
- キウイ(ゴールド)..... 1個
- 砂糖..... 大さじ1
- レモン汁..... 小さじ1/2

不足しがちな栄養素も補えますよ♪



林富子さん・林田美佐子さん(食進会)

《作り方》

- ① ゼラチンは分量の水にふり入れてふやかす。
- ② 小鍋に牛乳と加糖練乳を入れ、沸騰直前まで温める。火を消し①を加え混ぜとくす。
- ③ ボウルに移し、粗熱を取り、器に流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ キウイは皮をむき、いちょう切りにしボウルに入れる。砂糖とレモン汁を加えて和え、冷蔵庫で冷やす。
- ⑤ ③が固まったら④をのせる。



(食生活改善推進会)