

ねかん風 2月

題字:花田 陽子氏

第140号
令和6年2月1日
〔発行元〕
玄海地区コミュニティ
運営協議会
宗像市牟田尻1601
TEL:62-1642
FAX:62-2698
E-mail:genkai-cc@
circus.ocn.ne.jp

ファミリーバドミントン大会

主催：玄海地区コミュニティ 健康福祉部会
日時：令和6年2月11日（日） 9：15受付
9：30開会式

会場：B&G体育館
チーム編成：1チーム3人
試合方法：参加チームを4パートに分け予選リーグ戦
各リンクで順位をつけ決勝トーナメント戦
試合は、1セットマッチ10分制
得点はラリーポイント制
一斉スタート、一斉終了（本部が管理）

表彰：決勝トーナメント各パート1位



室内用シューズを準備してください。
審判は、点付けとラインズマンです。

祝 はたちのつどい 1月7日

新型コロナウイルス感染症が五類になって初の『二十歳のつどい』が行われました。成人年齢が18歳に引き下げられての2回目のつどいです。今年は、2部制ではなく一斉に開催されました。

1月7日、宗像ユリックスハーモニーホールで開催され、724人の二十歳の方々が集まりました。この日のために早くから準備をし、それぞれが素敵な晴れ着姿を披露しました。学生・社会人と様々ですが、大人としてのスタートラインに立った実感が湧いたようです。久しぶりに会う同級生との再会に喜びの声があがっていました。

尚、18歳を対象とした成人式は行われません。



旧友と共に！



宗像市833人（玄海中卒業43人）

アルツハイマー型認知症の初期症状をチェック！

- 1 最近の出来事をすぐに忘れてしまう。
- 2 親しい人やなじみ深い物の名前が思い出せない。
- 3 ニュースなど周りの出来事に興味を持てない。
- 4 趣味が楽しめない。
- 5 同じことを何度も話す、聞く。
- 6 よく不安な気持ちになる
- 7 怒りっぽくなった、些細なことでイライラする。
- 8 家事などのよく慣れた作業手順を忘れてしまう。
- 9 物の置き場所が思い出せず、探し物が増えた。
- 10 物が見当たらないとき「盗まれた」と主張する。

ご自身もしくはご家族の様子に当てはまる症状があるか、チェックしてみてください。



もの忘れ

認知症

認知症の初期症状は、もの忘れに代表される記憶障害から現れることが多く、「加齢によるもの」と見過ごされがちです。

【加齢によるもの忘れ】

- ・体験の一部を忘れる。（朝ごはんのメニューを忘れる。）
- ・もの忘れの自覚がある。

内閣府「平成28年版高齢社会白書」より

神湊三自治会

どんど焼き

江口自治会

1月14日、津加計志神社・辻八幡宮境内において、どんど焼きが行われました。厳かな神事後、消防団による火入れがあり、しめ縄やお飾りのお焚き上げをしました。焚き上げの残り火で、鏡餅を割って焼き餅を食べるとその1年間健康で過ごせるとの言い伝えもあり、無病息災や五穀豊穡を祈りました。また、温かいぜんざいの振る舞いもあり多くの人で祈願することができました。



玉串拝礼



消防団による火入れ



お焚き上げ



祝詞奏上



鏡餅とぜんざいの振る舞い



消防団のぜんざい振る舞い

確定申告をされるみなさんへ

確定申告書は玄海コミセンに1月17日から設置しています。

詳しくはタウンプレス1月号をご覧ください

問合せ先
税務課市民税係 36-7350

地島だより

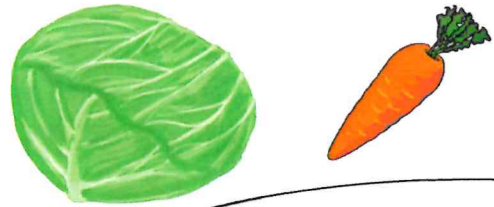
地島にはたくさんの猫がいます。写真家の岩合光昭氏も来島された事がありテレビで放送されました。地域猫活動は行っていませんが、猫を好きな島民がエサやりや避妊去勢手術を個人で行っています。好きな人もそうでない人も猫と共存しています。



『世界猫歩き』
前田エム

今月のレシピ 《キャベツのザワークラフト風》

- 《材料》 (4人分)
- キャベツ 1/4玉 (280g)
 - 人参 1/5本 (40g)
 - 酢 大さじ2 (30g)
 - 砂糖 大さじ2 (18g)
 - 塩 小さじ1/3 (2g)
 - 粒マスタード 小さじ2 (10g)



- 《作り方》
- ①キャベツは千切りに、にんじんは3cm長さの千切りにする。
 - ②Bを合わせる。
 - ③①を耐熱容器に入れて、ふんわりとラップをかける。600wで3分加熱する。
 - ④キャベツが熱いうちに、②を入れて、軽く混ぜる。冷まして器に盛付ける。

ザワークラフトとは、キャベツと塩で作るドイツの伝統的発酵食品です。キャベツに自然に付着している乳酸菌が食物繊維をえさに増え、発酵し酸っぱくなります。胃腸ケア、消化サポート、腸内環境アップの効果があります。

駐在所だより



近年、自転車マナーについてメディア等で取り上げていることをよく見かけます。今回は、自転車のルールについて簡単に話をします。まず、自転車の法的な位置づけとしては、【車両(軽車両)】になります。通行方法にあつては、自転車は【車両】ですので、車道通行が原則です。車道を通行する場合は、道路の左側端に寄って通行しなければなりません。自転車は例外として下記のように、歩道を通行することができます。

歩道を通行できる場合

- 1 道路標識や道路標示によって、自転車が歩道を通行できるとき。
- 2 自転車の運転者が
 - 子ども(13歳未満)
 - 70歳以上の高齢者
 - 車道通行に支障がある身体障がい者であるとき



歩道の通行方法

- 1 歩道の中央から車道よりの部分を徐行して進行しなければならない。
※徐行とは～直ちに停止することができるような速度で進行すること。

簡単にはなりますが、自転車の運転者の方は、上記ルールを守り安全運転を心掛けましょう！

また、ヘルメット着用は努力義務となっていますが、頭部へのダメージが大げなに繋がりますので、子どもだけでなく大人もヘルメットの着用に努めてください。

※ 110番通報は事件・事故時の「緊急通報」です。急を要しない相談・要望については、警察相談専用電話(#9110)を利用しましょう。



スマホ教室 公民館活動部会

12月19日、第3回スマホ教室を開催しました。これまでメールやラインの活用、キャッシュレス決済の実地体験等、スマホの機能の有効活用について学んできました。今回は、今年の総復習とすることで改めて機能の活用を見直しました。

自撮りの仕方や動画の撮り方、音声検索等、基本操作から見直しました。その後は、アプリをインストールして活用してみました。その他、無料アプリの紹介もしていただき、有意義な2時間となりました。参加者4人



うるう年(閏年)

4年に1度と言われる「うるう年」(閏年)。今年の2月は29日まで！太陽暦で、地球の平均回帰年約365.24日です。そのため、365日のままだと徐々に季節と暦がずれてしまいます。

始まりは、1582年ローマ教皇・グレゴリウス13世が「グレゴリオ暦」を制定したことからだと言われています。令和6年は、366日になります。

《大相撲初場所》



博多にわか 爆笑会

親方「いいか！
今場所は、全勝するつもりで相撲を取れ。」
弟子「それが！親方！
全勝は無理です。
もう参拝(三敗)しました。」

川柳 つり川宿
お題 「みず」

- まだ壁に残ったままの豪雨後 風子
- 雨宿り少し期待の傘の中 ももこ
- 蛇口からポタリポタリと水の精 龍
- もう少し自分に水をやってみる 風師
- 水色の恋よ二十歳に戻りたい 春風

季節の花

せんりょう 千両



冬に美しい果実をつけるため、正月の縁起物として切り枝で使われています。果実は、晩秋から冬にかけてです。

わが家のペット

名前：ケイちゃん
年齢：1/13で2歳
犬種：ノーフォークテリア



新しい家族です。左がR4.8月紹介のラン、右がケイです。先輩犬ランちゃんと毎日お散歩するのが日課で、猫を追いかけるのが趣味です。 神湊 清水

宗像大社 節分祭

立春の前日を節分といい、季節の変わり目の病気や災害を鬼に見立てて、豆を打って追い払います。

日時：2月3日(土) 11:00～
場所：本殿

※節分祭終了後、豆打式を行います。

ひとりごと

60年前、車の運転免許を取得した。10代の終わり、まだ女の子が車の免許を取る人は少なく母から反対されたが父親が許してくれた。

現在車のない生活は考えられない。運転歴は長い、運転が下手なことは自覚している。あと何年乗れるか分からないが、安全第一・事故を起こさないよう気を付けたいと思う。

Y・Y

2月の行事予定

は休館日

1	木	環境整備部会19:00～
2	金	玄米ニギニギ体操 分別収集日(グループA)
3	土	
4	日	
5	月	分別収集日(グループB)
6	火	
7	水	
8	木	
9	金	公民館活動部会19:00～ 学校の日
10	土	
11	日	ファミリーバドミントン大会 建国記念の日
12	月	振替休日
13	火	江口ふじ会
14	水	広報委員会14:00～ 分別収集日(グループC)
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	田島サロン
20	火	
21	水	
22	木	さつき松原保全活動(5・6年生)
23	金	天皇誕生日
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	役員会19:00～ 自主防災委員会19:40～
29	木	

※悪天候等により、事業が中止になる場合があります。

- A 多礼、田島、深田、牟田尻、荒開、五月ヶ丘、下東、上中、段天
- B 山ノ上、吉田、神原 江口
- C 泊、豊岡

パトロール