大島地区コミュニティだより

NO. 242
令和8年1月1日
—発行—
大島地区コミュニティ
運営協議会
TEL／
72－2321
FAX／
72－2322

人口・世帯状況（11月末現在）

男　性	267(±0)
女　性	269(±0)
合　計	536(±0)
世帯数	305(±0)

謹賀新年

日頃よりコミュニティ活動に
ご協力いただきありがとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。

民生委員・児童委員紹介

12月より新体制となりました民生委員、主任児童委員の皆さんです。※担当地域は名前の下に記載しています。

再任
遠藤直子さん
【宮崎区・堂ノ前区】

新任
福崎美保子さん
【東　区】

再任
河野まりえさん
【町区・西区】

再任
真鍋喜久子さん
【谷　区】

新任
成田由子さん
【主任児童委員】

ポイント事業で配布しているお買物券は有効期限がありますので、お早めにご利用ください

第３回スマホ教室開催

１２月１９日に第３回スマホ教室を開催しました。今回のはスマホの基本操作の応用編でした。カメラを使ってQRコードの読み取り、分からないものの検索や外国語の翻訳など知っておくと便利な使い方を教わりました。
例えば、道端で珍しい花を発見！「何という花かな？」と思った時、写真を撮って検索すると調べる事ができます。また、外国語の翻訳だけでなく、読めない漢字なども写真で検索ができます。こういった便利な使い方を教わり、最後のアンケートでは『スマホの活用に対する関心が高まった』という方がほとんどでした。次回は第１回から３回の振り返りと、なんでも相談会を行います。

次回»»３月６日(金)13:30～

年末年始事業所等休み

年末年始事業所等休み	
コミュニティ	12/28(日)～1/6(火)まで
行政センター	12/27(土)～1/4(日)まで
診療所	12/28(日)～1/4(日)まで
ふれ愛センター	12/27(土)～1/4(日)まで
大島交流館	12/29(月)～1/3(土)まで
うみんぐ	12/30(火)～1/4(日)まで
農協	12/31(水)～1/4(日)まで ※12/30は午前中のみ営業
漁協	12/31(水)～1/5(月)まで ※12/30は午前中のみ営業
直売所さよしま	12/31(水)～1/6(火)まで ※12/30は午前中のみ営業
郵便局	12/31(水)～1/4(日)まで 12/31は9:00～17:00 ATM利用可能
コミュニティ便	12/27(土)～1/4(日)まで

役員会・運営委員会報告（令和7年12月20日(土)開催）

◆二十歳を祝う会について
→１月２日（金）　式典１２時～　コミセン　対象者　９名

◆健康教室について
→２月１日（日）開催　詳細（チラシ）は各戸配布。
レクリエーションのモルックには景品を準備する。

◆市長との車座トークについて
→２月１０日（火）１０時～　　対象：コミュニティ役員
懇談テーマ：離島振興について

◆チャレンジ交付金について
→立上から３年間で終了のため、来年度以降申請はできない。

◆コミュニティ支援プロジェクトについて
→市の協力を得ながら８年度で事業内容などを見直していく。

◆地区防災計画について
→大島独自で計画を作成する。
避難経路、一時避難所、避難時の担当者などの見直し。

◆分別収集立ち番腕章について　→　新しいものを準備。

◆コミュニティ20周年について　→　3月に予定。内容は協議。

◆島づくり課より
・しおかぜのエンジントラブルのためしばらくフェリーで対応。
・航路改善島民説明会を開催。　詳細は決定後お知らせ。

◆選考委員会立ち上げについて→区長会が選考委員に決定

緊急時は真っ先に119番

市県民税申告【投函箱設置日程】

1月29日(木)10:30～15:00
ふれあいセンター

所得税の申告は受付不可

診療所通信 -Vol.172-

冬に気をつけたい「ヒートショック」

寒い季節になると、ニュースなどで「ヒートショック」という言葉を聞いたことがあるかと思います。これは、急激な温度変化によって血圧が大きく上下し、体に強い負担がかかる現象のことを指します。特に冬場の入浴時、暖かいリビングから寒い脱衣所へ移動し、さらに熱いお風呂に入る、といった一連の動きの中で起こりやすいとされています。

私たちの体は、寒さを感じると血管が縮み、血圧が上がります。逆に、急に温まると血管が広がり、血圧は下がります。この変化が短時間に何度も起こることで、めまいやふらつきが生じたり、体調を崩す原因になることがあります。ご高齢の方に多いイメージがありますが、若い世代でも寒暖差が大きい環境では注意が必要です。

予防のポイントは、「急な温度差をつくらない」ことです。例えば、脱衣所や浴室をあらかじめ暖めておく、いきなり熱いお湯に入らず、かけ湯をして体を慣らす、入浴前後にコップ一杯の水を飲む、といった工夫が役立ちます。また、体調が悪いときや疲れているときは、無理をしないことも大切です。

大島診療所長　堀　太佑

オンデマンドバス「のるーと」年末年始運行について

12月31日（水）～1月3日（土）は「のるーと」が運休になります。
その間、タクシーが運行しますのでご利用の際は
みなとタクシーまでご連絡ください。(080−1741−3710)

運行時間　8:30～16:30　※時間外での利用は要相談

≪問合せ先　元気な島づくり課：72-2211≫

―大島交流館スタッフ募集―

来館者の案内やイベント企画など
大島交流館で勤務するスタッフを募集

＊勤務日　週３日程度。
土日祝日の一部勤務あり(ご相談ください)
＊勤務時間　９：３０～１６：１５
＊報酬　時給１，２００円　＊締切 １月３０日（金）
＊問合せ　宗像市世界遺産課（☎６２－２６００）

令和8年1月の行事予定表

日	曜	行事	旧	市民図書館コーナー開館日	事務員在所日
1	木	元旦	13		
2	金	二十歳を祝う会／全便フェリー 1・7便運休	14		◐
3	土		15		
4	日	全便フェリー	16		
5	月		17		
6	火		18		
7	水		19	📖	●
8	木		20	📖	●
9	金		21	📖	●
10	土	全便フェリー	22		●
11	日	還暦賀（中津宮下で餅まきが行われます。時間は当日放送でお知らせ。）／全便フェリー	23		●
12	月	全便フェリー	24		
13	火	リズム・ストレッチ キッズダンス	25	📖	●
14	水	分別収集日 コミュニティ役員会 フェリー地島就航 危険物便	26	📖	●
15	木		27		●
16	金		28	📖	●
17	土	全便フェリー	29		●
18	日	全便フェリー	30		●
19	月		1	📖	
20	火	リズム・ストレッチ キッズダンス	2	📖	●
21	水	いきいき元気教室	3	📖	●
22	木	1月22日（木）～2月10日（火）はしおかぜドックのため全便フェリー	4		●
23	金		5		●
24	土		6		●
25	日		7		●
26	月		8	📖	
27	火	リズム・ストレッチ キッズダンス	9	📖	●
28	水	分別収集日	10	📖	●
29	木		11		●
30	金		12	📖	●
31	土		13		●