

第1回 スマホ教室 6月25日(水)

令和7年度第1回スマホ教室を開催し、10名の方が参加されました。今回はLINEの登録から友達追加・トーク・写真の送信などの基礎を教わりました。分からない事を講師の方に尋ねたり、参加者同士で教え合ったりする姿も見られました！終了後のアンケートでは「できていない事が分かって本当に助かった」「難しいけど話が聞けてよかった」などの意見が出されていて、みなさんとても満足されたようでした。今年度は4回開催を予定しています。興味のある方はぜひ、ご参加ください。



スマホ教室

- 第2回 9/12(金) LINE応用編
- 第3回 12/19(金) 内容未定
- 第4回 3/6(金) 内容未定

元気な島づくりポイント事業について

令和7年度もポイント事業を継続して行います。詳細は、別途配布しておりますのでご確認ください。

山笠は「元気な島づくりポイント事業」対象行事です。参加者は山笠会場に準備している名簿に各自〇印をつけて下さい

診療所通信 -Vol.167-

7月に入って暑さも厳しくなってきましたね。みなさんはいかがお過ごしでしょうか？熱中症が増えてくる時期だと思いますので水分補給はこまめにして予防をしっかりと行っていただければと思います。

自分の話になりますが最近30歳が近づくにつれて体重が徐々に増えてきておりお腹周りも気になってきました。運動不足が1番の原因であるので今年の夏はいっぱい海で泳いでお腹を引っ込める目標を立てています。

インターネットで水着を買いましたので海開きとなりましたら泳ぎに行こうと考えております。生活習慣病に対しても歩いたり、体操したりと運動はとても良いことですみなさんも暑さに気をつけてながら一緒に運動を頑張りましょう。

加えて今回は診療所のお話をさせていただきます。今年より採血日程が毎週火曜、木曜と去年に比べて行える日にちが少なくなりました。

そのため日によっては採血が集中するため火曜、木曜の朝一番が混雑する場合があります。ご迷惑をおかけすることになります。ご了承いただければと思います。混雑するタイミングがいつになるか読めないところがありますが少し時間を遅らせてきていただけると待ち時間も少なくすむ場合があるかと思ひます。

診療所休診日 7/12(土)

大島診療所長 堀 太佑

熱中症対策セミナー 6月14日(土)

6月14日に熱中症対策セミナーを開催しました。熱中症にならないために気をつけることや、熱中症予防・応急処置についてなど、とてもなる話をしていただきました。

一度熱中症になると、クセになるそうです!!そうならないためにも、日頃から十分な予防を心がけましょう。

日常生活で気をつける事では、**暑さを我慢せず空調設備を利用する・暑い日の無理な外出は避ける・日傘や帽子を使う・保冷剤や氷などで体を冷やす**など簡単にできることばかりです。

のどの渇きを感じていなくても
こまめに水分を補給しましょう！！



---健康づくりの3原則---

- ①バランスよく食事を摂る
塩分を控えめに
- ②適度にカラダを動かす
心臓や肺の動きが活発になり
筋力なども強くなります
- ③しっかり睡眠をとる
病気への抵抗力・治癒力を
高めるために必要



第27回参議院議員通常選挙

《期日前投票》
7月14日(月)～18日(金)
8:30～17:00
大島行政センター

《投票日》
7月20日(日)
7:00～20:00
ゆうゆうぷらざ

【問合せ先:宗像市選挙管理委員会事務局 36-1375】

大島地区の最寄りの献血会場は「道の駅むなかた」です

献血 7/4(金) 10:00～12:00
13:00～15:30

※ポイント事業の対象です。献血をされた方はコミュニティまでご連絡ください。

役員会報告 (令和7年6月24日(火)開催)

- ◆元気な島づくり課より
オンデマンドバス「のるーと」導入について
→運行時間を8時35分の渡船に乗る人も利用できる
時間帯に変更。(運航事業者との協議をする)
ミーティングポイントは32か所。
島民は登録制にすることで、ドアtoドア方式で利用できる。
- ◆都市計画課より
景観条例の変更について
→景観計画や都市計画についてもっと知りたいなどあれば、
出前講座の開催も可能
- ◆人権啓発事業への協力について
→人権講演会 7月16日(水) ユリックス 申込みが必要
- ◆「第75回社会を明るくする運動」街頭啓発活動への協力について
→7月22日(火) 道の駅むなかた
- ◆初盆会打ち合わせについて
→7月20日(日) 10:00～ ふれ愛センター
- ◆大島地区コミュニティ運営協議会車両貸出規程について

「分電盤の点検」に関する相談が増えています！

《相談事例》

「電力会社から委託を受けている。5年に1度、分電盤の点検の必要がある。古くなると火災や事故が起こる。明日訪問する」と言われ不安になった。点検してもらう必要があるか(70代女性)

《アドバイス》

来訪を了承すると「漏電の可能性がありすぐに交換しないと火事になる」などと不安をおられ、高額な分電盤交換の契約を迫られる可能性があります。分電盤等の電気設備については電力会社に4年に1度の法定点検が義務付けられていますが、事前に書面でお知らせが届きます。点検後に契約を持ち掛けることはありません。電話や来訪などで点検を持ち掛けられても、安易に応じないようにしましょう。心配な場合は電力会社に相談してください。



困った時は、宗像市消費生活センター
☎33-5454にご相談ください。

緊急時は真先に119番

一斉清掃 7/6(日) 6時30分～
※予備日 7/13(日)※

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	日	
木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	曜	
		キッズダンス コミュニティ役員会				七夕揮毫会 		分別収集日 フェリー地島就航 危険物便	リズム・ストレッチ フェリー		初盆会打合せ フェリー					山笠						いきいき元気教室 フェリー地島就航 危険物便	キッズダンス フェリー				献血 大島の最寄りの 会場は 道の駅むなかた			リズム・ストレッチ フェリー	行事	
				全便フェリー	全便フェリー																											
7	6	5	4	3	2	1	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	旧	
			📖					📖						📖	📖		📖			📖	📖	📖	📖				📖	📖	📖	📖	市民図書館コー ナー開館日	
●	●	●		●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●		●	●	●	●	●	●	●	事務員在所日

令和7年 7月の行事予定表

大島地区コミュニティだより

人口・世帯状況
(5月末現在)

男 性 262(±0)
女 性 272(±0)
合 計 534(±0)
世帯数 299(±0)

NO. 236
令和7年7月1日
一発行一
大島地区コミュニティ
運営協議会
TEL/
72-2321
FAX/
72-2322

令和7年7月の行事予定表