

令和6年度総会を開催します

5月19日(日)に総会を開催し、自治会から選出された代議員により下記の議案が審議されます。

《議案》

- 第1号 規約の改正(案)について
- 第2号 令和5年度 事業報告について
- 第3号 令和5年度 会計報告並びに
監査報告について
- 第4号 令和6年度 事業計画(案)について
- 第5号 令和6年度 予算(案)について
- 第6号 令和6年度 協議会役員について

出席者 令和6年度代議員
令和5年度役員
令和6年度役員予定者(オブザーバーとして)
※出席対象者については案内を送付します。



令和5年度総会

日時:5月19日(日) 10:00~
場所:玄海地区コミュニティ・センター
ホールAB

ご入学おめでとうございます

4月10日 玄海中学校(新入生44人)



新入生代表宣誓



教室で新たなスタート

4月11日 玄海小学校(新入生11人)



教室で話を聞く新入生



新入生集合!校長先生 担任の先生と共に

4月11日 地島小学校(新入生1人)



一人でも元気!



みんなで歓迎!

肩・腰・膝を守っていつまでも元気に働こう! 健康福祉部会 講座

- ・日時 :6月22日(土) 13:30~15:00
- ・会場 :玄海地区コミュニティセンター ホールAB
- ・講師 :宗像水光会総合病院 井上茂徳先生
- ・参加人数:20人
※定員となり次第締め切りとさせていただきます。
- ・参加費 :無料
- ・申込期間:5月15日~6月15日
- ・申込方法:事務局の窓口または電話
QRコード(コミセンメール)から申し込みしてください。
その際は「健康部会の講座」、氏名、自治会名、連絡先
をお伝えください。
- ・申し込み、問い合わせ先
玄海地区コミュニティ運営協議会 ☎ 62-1642

理学療法士に学ぶ 関節を
傷めないための適切な動作
を学んで健康な体作りを

QRコードからコミ
センのメールへの
申し込みでもOK!



季節の花 ネモフィラの花畑と桜

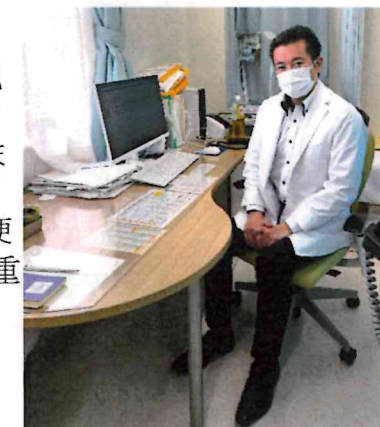


ネモフィラ(別名ルリカラクサ)は米国西部原産でハゼリソウ科のルリカラクサ属に分類されている一年草です。春の空のような淡い青の小さな花の色から、baby blue-eyesという愛称でも親しまれています。
4月5日

地島だより

地島の診療所は、平成27年11月泊港にある『宗像市離島体験交流施設 ふれあい館』内に開設されました。

隔週水曜日、よつば内科クリニックの関屋洋紀先生(くりえいと)が見えて兼任されています。それまで地島には診療所が有りませんでした。通院に不便な島民にとって有難い貴重な施設です。



今月のレシピ 鰯と野菜の黒酢あん



＜材料＞（4人分）

鰯(三枚おろし) 280g
酒 小さじ4(20g)
片栗粉 適量
油 適量
パプリカ赤 1/2個(70g)
パプリカ黄 1/2個(70g)
玉ねぎ 1/2個(100g)
黒酢 大さじ2(30g)
酒 大さじ1・1/3
濃口醤油 大さじ1・1/3
はちみつ 大さじ1・1/3
いりごま 大さじ1(6g)

《作り方》

①パプリカと玉ねぎは1cm幅に切る。
②鰯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。
③②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。
⑤④のフライパンに①を入れて中火で炒める。しんなりしたら鰯を戻し入れ、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。

鰯はDHAやEPAなどの不飽和脂肪酸をはじめ、他にもカルシウム、ビタミンB1、B2、ナイアシンなどのビタミン・ミネラル類を多く含んでいます。

駐在所だより



今年の2月に玄海地区の高齢者世帯に不審なセールスマンが訪問していますので、今回は『悪徳商法』について簡単に紹介します。

まず、悪徳商法とは、うそやごまかしなどの詐欺的な方法で高額な商品売りつけたり架空の儲け話で金を騙し取ったりする手口の商売のことです。

そして、悪質業者が狙う対象者は、健康・お金・孤独などの不安を抱える高齢者です。

主な手口としては、高齢者世帯を狙って、屋根や給湯器等の点検を口実に、必要のない工事で高額な料金を請求する「点検商法」や自宅にある貴金属類を安く買い叩く「押し買い」と呼ばれる被害などが多発しています。

◎ 皆様が悪徳商法の被害にあわないためのポイント～悪徳業者は「う・そ・つ・き」

う～「うまい話を信用しない！」

うまい話、絶対儲かる話には、必ず大きな落とし穴が・・・

そ～「そうだんする！」

ひとりで判断せず、家族、知人、相談機関に相談を

つ～「つられて返事をしない！すぐに契約しない！」

悪質業者は、言葉巧みにすぐ契約するように迫ってきますき～「きっぱり！はっきり！断る！」

曖昧な返事をせず、キッパリ！ハッキリ！断る！

※「断っても業者がなかなか帰ってくれない」と困った時は、その場で110番通報してください。

◎ 相談窓口～不安を感じたとき、被害にあったときの相談窓口

・福岡県警察本部又は警察署(警察相談は #9110)

・福岡県消費生活センター又は市町村の消費生活相談窓口

(消費者ホットライン 188番)



松くい虫防除（薬剤散布）について



《 有人ヘリコプターによる空中散布 》

①日 時： 5月13日(月)、6月3日(月)
午前5:00～午前8:30
場 所： 上八交差点～釣川左岸

《 無人ヘリコプターによる空中散布 》

②日 時： 5月11日(土)、5月25日(土)
午前5:00～午前10:30
場 所： 玄海東小学校西側

《 地上散布 》

③日 時： 5月16日(木)
午前5:00～午前8:30
場 所： 神湊サニックス入口

④日 時： 5月13日(月)
午前5:00～午前8:00
場 所： 福岡県立少年自然の家周辺

⑤日 時： 5月22日(水)
午前5:00～正午
場 所： 鐘崎区、神原区

※荒天の場合①が雨天の場合は翌日に延期
※散布から3日間は林内への立入を制限
※延期する場合の情報は、市HP「新着情報」で

問合せ： 宗像市農業振興課
☎0940-36-0041

広告

5月病
対策

ヘッドスパでストレス解消



✓血行を促進して抜け毛対策
✓目の疲れや肩こりの改善
✓リフトアップ効果

40分ヘッドスパ
3,960円

〒811-3501 宗像市神湊1250-30

営業時間 :9時～18時

定休日 :月曜・第2.4日曜



ネット予約

ご予約・お問い合わせ
TEL 0940-62-0099
エステ&ヘアサロン
HAYAKAWA

ひとりごと

S・H

「宗像市の未来について」AIに尋ねてみたところ、次の答えが返ってきました。

『宗像市は、持続可能な再生目標(SDGs)の達成に向けて、国連が定める「SDGs未来都市」に選定されています。世界遺産を含む自然、歴史、コミュニティ等の地域資源を活用し、まちなか再生や地域活性化を図り、環境保全と賑わいの創出の好循環を生み出すことで、多様な世代が生き生きと暮らせる社会の形成を目指しています。これらの取り組みを通じて、宗像市は歴史・文化・自然を継承しつつ、未来に向けた持続可能な都市づくりを目指していることが分かります。興味深い取り組みですね。』AIの力には驚きました。

ゴールデンウィーク

今年は、最大10連休となるゴールデンウィーク。インバウンドの需要も増え、各観光地も賑わいを見せるのではないかと思います。

お出かけを計画されている方々も多いのではないと思いますが、何しろ混雑が大いに予想されます。車でのお出かけを考えられている方は、慎重な運転を心掛けて頂き、良い思い出となるゴールデンウィークにしてほしいものです。

5月の行事予定

は休館日

1	水	分別収集グループB
2	木	分別収集グループA
3	金	憲法記念日
4	土	みどりの日
5	日	こどもの日
6	月	振替休日
7	火	
8	水	運営委員会19:00～ 分別収集グループC
9	木	
10	金	玄米ニギニギ体操10:00～
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	江口ふじ会
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	小中学校合同体育祭
19	日	コミュニティ運営協議会総会10:00～
20	月	深田サロン 田島サロン(大正琴)
21	火	
22	水	広報委員会14:00～
23	木	
24	金	子育てサロン10:00～ あそびにきてね！
25	土	玄海歩こう快 9:30～
26	日	
27	月	神湊サロン
28	火	
29	水	環境整備部会18:30～
30	木	
31	金	

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

※悪天候等により、事業が中止になる場合があります。