校区コミュニティとコミュニティセンター

はたえ館だより

令和４年度　第１号
令和４年４月１日 発行
波多江コミュニティセンター
はたえ館
☎０９２-３２２-１６１４
はたえ館のホームページ
はこちらから

はたえ館 新年度のごあいさつ

春の日差しがここちよい季節になりました。地域の皆様には、ますますお健やかにお過ごしのことと存じます。

昨年も新型コロナウイルスによる緊急事態宣言等が発令され、はたえ館では9月まで休館になる期間があり、活動が制限されほとんどの事業が中止になりました。また、貸館においては、皆様にコロナウイルス感染症拡大防止対策の対応にご協力いただきありがとうございました。

本年度もまだまだコロナ禍での活動になります。コロナ感染症拡大防止対策をしっかりと行いながらできることから行事等進めていきたいと思います。

「はつらつと　たのしくげんきで　えがおあふれるまちづくり」をモットーに、職員一同がんばりたいと思います。

今後とも皆様のご指導ご支援をよろしくお願いいたします。

波多江コミュニティセンターはたえ館
センター長　朱雀峯子

池田川の桜

はたえ館 職員の紹介

センター長	朱雀 峯子
センター員	姫野 若葉
	松崎 富幸（新）
管理人（昼）	小島 広美
	白石 輝恵
管理人（夜）	内田 文憲
	林　宗治（新）

よろしく
お願いします！！

着任のご挨拶

センター員　松崎　富幸

４月１日より松吉さんの後任として、はたえ館に勤務しています。当面は不手際でご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが皆様と一緒に校区のまちづくりに携わっていきたいと存じますので、何卒よろしくお願いいたします。

夜間管理人　林　宗治

３月より夜間の管理人として勤務しております。皆様が心地よくご利用のできますように努めていきたいと思います。よろしくお願いいたします。

お世話になりました

センター員　松吉　幹人

このたび、南風コミュニティセンターへ異動になります。２年前に着任し、コロナ感染拡大防止対策で校区の事業が中止になり、校区の皆様のお手伝いが何もできないまま異動になり非常に心残りです。

以前の旧公民館時代に４年間、令和２年から２年間、波多江校区の皆様には大変お世話になりました。本当にありがとうございました。

夜間管理人　杉本　久幸

はたえ館の夜間管理人を４年間、楽しく勤務させていただきました。来館される多くの方々との出会いが、有意義な時間であったと感謝しています。

昨年度はコロナの影響で、以前のような自由な活動ができませんでしたが、早く正常に戻り、はたえ館のモットーである「はつらつと、たのしくげんきで、えがおあふれる」校区コミュニティ活動、サークル活動ができることを願っています。

ありがとうございました。

福岡県コロナ警報の間は、はたえ館のご利用が以下の通り制限されます。

①合唱やカラオケ等の大声が想定されるご利用は部屋の収容人数の 50%までとなります。（申込み時にお問い合わせください）
②飲酒・飲食を伴うご利用はできません。
③マスクを外すことが想定される運動はご利用をお断りする場合があります。
④感染防止対策を徹底してください。（ご利用時のお願い）
入館したら…マスクの着用・手指の消毒・検温
利用時は…人との距離を空ける・換気（ロスナイ換気）
利用後は…消毒液で消毒作業。（事務室前の消毒セットをご利用ください）

※今後、状況に応じて利用制限が変更される場合もあります。
詳しくは、はたえ館（☎322-1614）または、はたえ館 HP にてご確認ください。

はたえ館では資源の回収を行っています！

回収日：毎週火曜～日曜 9：00～17：00　※休館日…毎週月曜と、年末年始（12/29～1/3）

回収できるもの	出し方	回収できないもの
新聞紙・広告・段ボール 雑誌・本・教科書・電話帳 菓子箱・空き箱・紙袋など	新聞・雑誌・段ボールは紐で結ぶ、小さな物は紙袋に纏める。	濡れているもの ビニールがついたもの レシートなどの感熱紙
古布類・洋服・タオルなど	洗濯して、透明な袋にまとめて入れる。	枕. 靴. 毛布. シーツ. 中に綿が入った物（布団・はんてん）羽毛布団 等
アルミ缶	中の汚れをすすぎ、透明の袋に纏める。	スチール缶
一升瓶（緑. 茶.） ビール瓶	中の汚れをすすぐ。	左記以外のビン（透明. 黒. すりガラス. 5 合瓶）

【お願い】
ペットボトルは回収していません。
種類ごとに分類をしてお持ちの際は、はたえ館窓口に声をおかけください。

管　理：ボランティアグループ櫻美会
問合せ：はたえ館 ☎322-1614

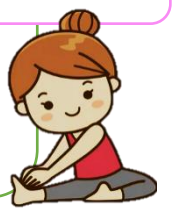
体内リズムを整える

保健師コラム 第 22 号

春は環境の変化が大きく、連休もあるため、生活リズムが崩れやすい季節です。人間の体内時計は 24 時間よりも長い約 25 時間といわれています。この時間のずれをリセットする環境づくりを心がけて体内リズムを整えましょう。

朝
- 朝日を浴びて脳の時計をリセット
- 朝食を摂って内臓の時計をリセット
- 平日と休日の就寝、起床リズムのズレを小さくする

昼
昼寝は 30 分以内にする



夜
- 早めに部屋の照明を落としてリラックス
- 寝る 1～2 時間前に軽い運動をして体温を少しだけ上げる（ストレッチなど）
- 寝る前のスマートフォンやパソコンの使用、喫煙、カフェインの摂取は控える

まずはできることから取り組みましょう♪

問い合わせ：糸島市健康づくり課　☎332-2069

チェック　4月　行事予定

3 日	日	コミュニティ監査（はたえ館）
9 日	土	市同協波多江支部総会（はたえ館）
		校区社協総会（はたえ館）
12 日	火	コミュニティ役員会（はたえ館）
15 日	金	調整会議（はたえ館）
16 日	土	校区民会議総会（はたえ館）
		校子連総会（はたえ館）
29 日	金	校区コミュニティ総会（はたえ館）

※池田川桜まつりは中止となっております。
※次回のはたえ館だよりは
5 月 1 日発行です。
よろしくお願いいたします。