



ホームページ



Instagram

令和5年度 第3号 2023年6月15日発行

## 6月号

長糸コミュニティセンター 検索

長糸コミュニティセンターあじさい館 糸島市川付 876-1 【TEL & FAX】 323-2032  
【HP】 <https://www.city.itoshima.lg.jp/c007/index.html> 【休館日】 毎週月曜・年末年始

### \* 6月・7月の行事予定 \*

- 6月 16日(金) コミュニティセンター運営審議会
- 17日(土) 校区社協 研修会・ささえあい会議
- 21日(水) あいさつ運動(白糸)  
センター講座「ながいと身体づくり講座①」  
長糸小学校 花植え
- 22日(木) 長糸小学校 田植え
- 23日(金) 長糸小学校 田植え(予備日)
- 27日(火) ながいと学ウォーキング～雷山神籠石～
- 30日(金) 地域カフェみらい
- 7月 1日(土) 人権コンサート・わかたけ集会
- 4日(火) 夏祭り実行委員会②
- 5日(水) あいさつ運動(川付)
- 7日(金) 市同協支部 役員会
- 8日(土) 校区社協 ひとり暮らし高齢者訪問
- 9日(日) 地域カフェみらい
- 11日(火) センター講座「スパイスコーラづくり」
- 13日(木) 区長会
- 19日(水) あいさつ運動(長野)  
センター講座「ながいと身体づくり講座②」  
市同協支部 事務局会
- 28日(金) 地域カフェみらい
- 30日(日) 糸島市総合検診

※ 行事予定は、変更になる場合があります

### あいさつ運動

【毎月第1・3水曜日 朝 7:45～】

6月21日(水) 担当：白糸行政区

7月 5日(水) 担当：川付行政区

7月19日(水) 担当：長野行政区



八反田交差点での見守りのようす

長糸小学校児童登校時の見守り・声かけ運動です。長糸っ子の安心・安全のため、ご参加をお願いします！

主催：市同協長糸支部

## ●センター講座のご案内●

【申込み・問合せ先】 ☎ 323-2032  
長糸コミュニティセンター

コミカレ講座(いきいきながいと)

### スパイスコーラを作ろう

ハーブやスパイスの作用・活用方法を楽しく学べる大人気の講座。今回は、スパイスコーラ(シロップ)を作ります♪炭酸やお水で割って飲むのはもちろん、ヨーグルトなどにかけてたりと味わい方はいろいろ。スパイスの力で夏を爽やかに過ごしましょう♪

◇日時：7月11日(火) 10:00～12:00

◇場所：長糸コミセン会議室・調理室

◇講師：市川 陽子さん(JAMHA認定ハーバルセラピスト)

◇参加費：500円(材料費)

◇定員：16名(定員になり次第締切)

◇持参品：筆記用具、ハンドタオル

◇申込み：7/8(土) ㊞に長糸コミセンへ

コミカレ講座(知る知るながいと)&長糸まちづくり推進事業 共催

### ながいと学講座

～伊都歴史博物館を見学しよう!～

伊都歴史博物館へおでかけ♪岡部館長に解説いただきながら、糸島の歴史について学びます。

国宝や重要文化財は必見です!

◇日時：7月27日(木) 13:00～15:30

◇場所：長糸コミセン集合→車に乗り合わせて博物館へ

◇講師：岡部 裕俊 館長(伊都歴史博物館)

◇参加費：220円(入館料)

◇定員：10名程度

◇持参品：筆記用具、飲み物

◇申込み：7/25(火) ㊞に長糸コミセンへ

コミカレ講座(いきいきながいと)

### ながいと身体づくり講座

【次回開催日】

◇日時：7月19日(水) 10:00～11:30

◇場所：長糸コミュニティセンター 和室

◇講師：岡 公美さん(フィットネスインストラクター)

◇参加費：無料

◇定員：8名程度

◇持参品：飲み物、ヨガマット、ストレッチポール  
※お持ちでない方は貸出あり。数に限りがありますので、申し込みの際にお申し出ください。

◇申込み：7/16(日) ㊞に長糸コミセンへ

パソコン  
スマホ・IT  
なんでも

### よろず相談所

【6月・7月の開催日】

6月20日・7月4日・18日

全て火曜日 13:30～15:30

◇LINEのお友達登録の仕方  
◇スマホの写真をPCに保管する方法  
など、相談者の「知りたい!」「教えて!」にお応えします。お気軽にご参加ください♪

協力：長糸パソコン教室

教えて!パソコン先生

### 糸島市 高齢者向けデジタル講座 スマートフォンを便利に使ってみよう!

九州大学と糸島市が連携して、スマートフォンの基本操作のおさらい、安全な使い方、アプリの使い方、九州大学の取組や実験のご紹介など、高齢者向けのデジタル講座を実施します。

日時：7月14日(金) 13時30分～15時00分

7月25日(火) 13時30分～15時00分

講師：九州大学 岡村耕二先生と学生の皆さん

場所：糸島市川付 876-1 長糸コミュニティセンターあじさい館 研修室

持ってくるもの：ご自分のスマートフォン(予め充電しておいてください。)

募集人数：20人(先着順。定員になり次第、締め切らせていただきます。)

受付時間：土日・祝日を除く平日8時30分から17時15分まで

申込期限：7月7日(金) 17時15分まで

申込・問い合わせ先：糸島市情報政策課 TEL092-332-2063

※2回セットの講座です。両方の日程にご出席ください。



## 地域カフェ みらい

### 6/30(金)は…七夕会♪

長糸保育園の園児と一緒に

9:30～13:30 長糸コミュニティセンター

参加費  
ひとり1回  
300円

6/30(金)同時開催

福祉まるごと相談窓口

糸島市社会福祉協議会より福祉まるごと相談員さんが来られます。生活に関することは、年齢・内容を問わずご相談いただけます。秘密厳守ですので、気軽にご相談ください♪

糸島市認知症カフェ事業助成金交付事業

♪今後の予定 ※内容は予告なく変更になる場合があります

7月 9日(日) 9:30～13:30 ニコニコ体操

7月 28日(金) 9:30～13:30 ニュースポーツ・茶話会

※上記以外にニュースポーツ、茶話会、ランチタイム(お弁当は事前注文)あり。

お弁当(300円)の注文やカフェについてのお問い合わせは、あじさい館(☎323-2032)㊞ ※お弁当は開催日の5日前㊞にご注文下さい

## 第4回 福岡ソフトバンクホークス 招待チケット 配布

ホークス戦の招待チケット(1試合)を配布します。長糸コミュニティセンターの窓口にお越しください。

チケット配布は7月2日(日) 9:00より

1世帯5枚まで、各試合 先着50枚です

◇試合日程◇

7月13日(木) 18:00 対 埼玉西武 戦





# ながいと日和～初夏のワクワク体験～

6月3日(土)、主催：長系校区運営委員会、共催：長系校区青少年育成指導員会・長系校区子ども会育成連絡協議会で、「ながいと日和～初夏のワクワク体験～」が開催され、校区内外の約200名の親子に参加いただきました！

昨年まで「ホテルカフェ」として親しまれてきたこのイベント、今年度は「ながいと日和」としてパワーアップ！“長系の良さを知ってほしい”“子どもたちにワクワクする体験をしてもらいたい”と、プロジェクトチームを中心に準備を重ねてきました。しばらく雨の日が続きハラハラしましたが、当日は晴天に恵まれホッとひと安心。ジャガイモ詰め放題＆ジャガイモ収穫体験から始まり、トゥクトゥクドライブ、モルック体験、縁日(射的や輪投げ)、わたがし、ランタンアート、うちわアートなどなど…子どもたちが思い思いに楽しむ姿に、元気をもらいました。

準備の段階よりご協力いただいた各団体のみなさま、地域のみなさま、そして参加して下さったみなさま、本当にありがとうございました(\*^-^\*)



長系小調理員さんが作ってくださったカレーは懐かしい&温かい味。女性の会&健康を守る会のみなさんが振舞って下さいました(\*^-^\*)



初めてのモルック体験に大人も子どもも盛り上がっていました。スポーツ推進委員さんと体育委員さんが大活躍!!



トゥクトゥクツアーは川付～長野コースと本コースの2種類。緑豊かな長系の初夏を満喫♪



ホットサンドとスイーツのキッチンカーも登場♪できたてのホットサンドが美味♪



ドローンを操縦し、ゴール(着地点)を目指します。みんな上達が早くてびっくり!(◎o◎)!



ジャガイモ詰め放題。大きなものから小さなものまで何個入ったかな?



可愛く裝飾されたトゥクトゥクが大人気♪変身グッズも身に付けて出発~!!



長系野菜倶楽部(NYC)特製、ALL長系の莓ジャム(無添加)と野菜のマルシェ♪

7月は福岡県同和問題啓発強調月間です

## 人権コンサート・わかたけ集会

# vocal unit foo

# コンサート

7月1日  
(土)

♪時間：10:00～11:30

♪会場：長系コミュニティセンター 2階大研修室

♪内容：①人権標語の発表(長系小5・6年生児童)

②コンサート

### ◆vocal unit fooのご紹介◆

天国に昇っていった幼い男の子の魂と詩人谷川俊太郎先生の「さよならは仮のことば」という詞に導かれ2009年5月に結成。

人の愛や悲しみ、生きてゆく素晴らしさ…色んな想いを言葉にして歌い続けて行きたいと福岡を拠点に関東でもライブ活動を続けている。

ユニット名『foo』には、自分たちの歌を「風」の様に伝えたい、遠くまで運んでいきたいという気持ちが込められている。ひとりでも多くの方にfooの気持ちが届きますように…

主催：糸島市人権・同和教育推進協議会 長系支部

共催：青少年育成指導員会・長系小 PTA・長系校区子ども会育成連絡協議会

参加費無料!

申込みも不要!  
どなたでもご参加  
いただけます



## ご存じですか? オーラルフレイル

健康コラム第36号

お口のささいな衰えは、フレイル(心身の虚弱)の前段階と言われており、「オーラルフレイル」といいます。オーラルフレイルをそのままにしておくと、全身の機能の低下につながります。

### お口の衰えを見逃していませんか?

- グラグラしている歯がある
- 入れ歯が合っていない
- 歯が抜けたままになっているところがある
- 口の渇きが気になる

上記のような症状に心当たりはありませんか? 当てはまる項目が多いほど、オーラルフレイルの危険性が高まります。

### オーラルフレイル予防のために

1. かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科医院でお口の中をチェックしましょう
2. 1口30回以上噛んで食べましょう
3. 毎食後に歯磨きをしましょう

お口の“ささいな衰え”を見逃さず、いつまでも元気でおいしく食べられる身体を守りましょう!

問合せ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

お互いの命と生活を守りましょう  
飲酒運転 〇 連続達成中

273日

2023年6月10日 現在

長系校区まちづくり推進委員会

## 予約締切間近! 今すぐ予約へ!

健康コラム号外

7月30日(日曜日)  
今年も長系に健診バスが来ます!  
受診には予約が必要です。

### 受診可能項目

※受診できる対象年齢有

- 国保特定健康診査
- 後期高齢者健康診査
- 肺がん検診(胸部レントゲン)
- 胃がん検診(バリウム検査)
- 大腸がん検診(検便検査)
- 前立腺がん検診(血液検査)
- 乳がん検診(マンモグラフィ検査)
- 子宮頸がん検診(細胞診)

### 健診場所

長系コミュニティセンターあじさい館

### 申込方法

締め切り期限：6月20日

①電話：健診予約センター

050-3645-0537

②インターネット：予約サイト



問合せ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

### 長系校区の人口推移

令和5年5月末現在

行政区名	男	女	計	世帯数
白糸	47	54	101	42
川付	97	98	195	84
長野	214	222	436	230
飯原	117	140	257	113
本	349	388	737	313
瀬戸	79	92	171	81
合計	903	994	1,897	863

長系校区人口  
総人口 1,897人  
(14人減)  
世帯数 863  
(1世帯減)  
( )内は前月比