



ホームページ Instagram

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

* 12月・1月の行事予定 *

- 12月 16日(土) 長糸まちづくり事業イベント ながいと日和～冬祭り～
- 20日(水) あいさつ運動(本)
- 20日(水) 長糸まちづくり事業講座 ながいと身体づくり⑦
- 22日(金) 地域カフェみらい
- 23日(土) 校区社協 花鉢訪問活動
- 27日(水) 校区社協 社協だより編集会議

12月23(土)～1月8日(月) 長糸小学校 冬休み

12月29日(金)～1月3日(水) 長糸コミュニティセンターあじさい館 休館

- 1月 7日(日) 消防出初式
- 8日(月) 糸島市二十歳のつどい
- 9日(火) センター講座 「和ハーブを使ったオリジナル七味づくり」
- 13日(土) 区長会
- 14日(日) 地域カフェみらい
- 17日(水) あいさつ運動(瀬戸)
- 26日(金) 地域カフェみらい
- 27日(金) サークル代表者会議

※ 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～】

12月20日(水) 担当:本行政区

1月17日(水) 担当:瀬戸行政区

2月7日(水) 担当:白糸行政区



←八反田交差点での見守りのようす。小学校周辺の数ヶ所で子どもたちが元気に登校する姿を見守っています。

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、みなさまの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

長糸校区まちづくり事業

ながいと身体づくり⑧



【次回開催日】

◇日時:1月17日(水) 9:45～11:15

◇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 ※お持ちでない方には貸出があります(5名分)ますので、申し込みの際にお申し出ください。

◇申込み:1/14(日) ㊞ に長糸コミセンへ

長糸コミュニティセンター講座 いきいきながいと

和ハーブを使ったオリジナル七味づくり



ハーブの作用・活用方法を楽しく学べる人気講座。今回は、和ハーブを調合して自分好みのオリジナル七味をつくります。

お鍋・うどん・そばなど温かい料理と一緒にとることで、身体を内側からぽかぽかに(*^-^*)美味しく食べて、冬を乗り切りましょう!

◇日時:1月9日(火) 10:00～11:30

◇場所:長糸コミュニティセンター 会議室

◇講師:合同会社 Rainbow Connection 代表 市川 陽子 さん(ハーバルライフコーディネーター)

◇参加費:500円

◇定員:15名程度

◇持参品:筆記用具

◇申込み:1/6(土) ㊞ 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 受講無料

協力:長糸パソコン教室

【12・1月の開催日】
12月19日 1月9日・23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!



年末年始 休館のお知らせ

長糸コミュニティセンターあじさい館・長糸高齢者いきいの家は、下記の日程で休館いたします。その間、あじさい号はお休みします。また、リサイクル倉庫もご利用いただけません。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

令和5年12月29日(金)～令和6年1月3日(水)

誰でも、どんな時でも…安心して暮らせる長糸へ

地域カフェみらい

12/22(金)は・・・クリスマス会

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



12/22(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!

♪今後の予定 ※内容は予告なく変更になる場合があります

1月 14日(日)	9:30～13:30	にこにこ体操
1月 26日(金)	9:30～13:30	歯科衛生士さんによる口腔ケア③

※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

糸島市認知症カフェ事業助成金交付事業

令和6年 糸島市二十歳のつどい

民法の改正により成人年齢が20歳から18歳に引き下げられましたが、糸島市では20歳を対象とした式典「二十歳のつどい」を実施しています。令和6年より会場が「糸島市運動公園」となり、対象者が一堂に会することができることとなりました!二十歳のみなさま、一生に一度の機会です。ぜひご参加ください!

日にち:令和6年1月8日(月・祝)

時間:【受付】13:30～14:00 【開式】14:00(30分程度)

会場:糸島市運動公園 多目的体育館 メインアリーナ(糸島市蔵持 686-1)

対象者:平成15(2003)年4月2日～平成16年(2004)年4月1日生まれの方

※現在糸島市外にお住まいの方も参加いただけます。

詳細は糸島市のHP または 糸島市役所生涯学習課(TEL:332-2092)まで



11/18(土) フィールドワーク

『いのちの水』と人権をテーマに朝倉市の山田堰と三連水車を見学に行きました。

当日は天気を心配しておりましたが、風は強かったものの曇り時々晴れの天気で、参加者23名で無事研修が出来ました。

日本3大暴れ川の一つ「筑後川」は古来から続く干ばつ・洪水をなくすため治水・利水工事が行われ、「いのちと直結する水」として地域住民は共存されています。

その治水・利水機能のひとつである山田堰は、筑後川右岸を水田化するために江戸時代に設けられた井堰で、2010年に中村哲医師によってアフガニスタンに築造された取水堰のモデルとなり、復興支援の灌漑用水モデルとして世界に発信されています。



山田堰を背景に集合写真をパチリ



中村 哲 医師

12/2(日) 令和5年度 人権週間行事
人権映画祭

長系コミュニティセンター大研修室で開催されました。初めに、前原中学校3年生の藤井晴人さんによる人権作文「坊主強制の人権について」の発表、続いて、映画『荒野に希望の灯をともす』の上映が行われ、55名というたくさん方の参加をいただきました。

藤井さんは、部活等による坊主頭の強制については基本的な人権を尊重しておらず、それを行うことは暴力にあたるので、一人ひとりをもっと大切に思ってもらいたいと語りました。

映画『荒野に希望の灯をともす』は、中村哲医師がアフガニスタンとパキスタンで、病や貧困に苦しむ人々に寄り添い続け、戦火の中で病を治し、井戸を掘り、用水路を建設してきた姿を追ったドキュメンタリー作品です。なぜ医者が井戸を掘り、用水路を建設したのか？命を見つめ続けた中村氏の中にその答えがありました。



人権作文を発表する 藤井 晴人さん

友岡支部長のあいさつ



↑中村哲医師の活動のようすの写真展示

12月4日～12月10日は「人権週間」です

昭和23(1948)年12月10日に国連総会で「世界人権宣言」が採択されたことを受けて、昭和24(1949)年に設定されました。

長系駐在所 武末さんによる防犯教室

12/10(日)地域カフェみらいにおいて、長系駐在所の武末さんによる防犯教室が行われました。

今年長系管内で発生した事件・事故の件数や、糸島市で実際にあった詐欺「キャッシュカード詐欺盗」の実演も行われ、その巧妙な手口に参加者からは驚きの声があがっていました。

詐欺の手口は年々新しくなっており、私は大丈夫と信じていてもいつ被害に遭うかわかりません。違和感を感じたらすぐに家族や近所の方、駐在さんに相談をしましょう！

また、不審者を見かけた場合は、**すぐに・その場で110番**をしてください。近くにいる警察官が現場に駆け付けます。間違ってもかまいませんとおっしゃっていました。



年末年始 警戒しましょう！

- ◇飲酒運転 ◇交通事故
- ◇詐欺 ◇火事
- ◇空き巣 など

何かと忙しい年末年始。そんな時期を狙った犯罪も増加します。

あやしいな、おかしいなと思ったらためらわずにまた、飲酒運転ゼロの更新を！

110番

長系3R会よりお願い

リサイクル 困ってます

日頃より、リサイクル活動にご協力いただきありがとうございます。しかし、お持ちいただくものの中に、回収できない物が含まれていることが度々あり、大変困っています。

特に ◇メタリック加工(キラキラと光る加工)をしてある箱

例：お酒の入っている金色の箱など
※雑紙として回収できません

◇ダンボールの中に関係のないプラスチック製品
※ダンボール以外のものは入れないでください

リサイクルできないものは一般ごみとして各ご家庭で処分ください。ご協力をお願いします！



糸島市役所健康づくり課より

「隠れ脱水」に要注意！！

健康コラム第42号

隠れ脱水とは、気づかないうちに体内の水分が奪われることで、脱水症状の一步手前の状態です。冬場の空気の乾燥や水分摂取の不足で、自覚のないまま進んでしまいます。

★隠れ脱水のサイン★

- ・口の中の乾燥
- ・体がダルい
- ・皮膚が乾燥している
- ・靴下を脱いだ後、跡が10分以上残る
- ・便秘の悪化
- ・集中力が続かない
- ・立ちくらみがする

★予防方法★

- ・1日約1.2ℓを目安にこまめに水分補給をする。利尿作用の少ない水や白湯がおすすめです。起床後や入浴前後は意識して飲みましょう。
- ・食事をしっかり摂る。食事からの水分摂取も大切です。汁物やご飯、分量が多い野菜や果物を活用しましょう。
- ・部屋の湿度を50～70%に調節する。体の表面から奪われる水分量を減らせます。

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

134日

2023年12月10日 現在

長系校区まちづくり推進委員会

長系校区の人口推移 令和5年11月末現在

行政区名	男	女	計	世帯数
白糸	50	56	106	43
川付	96	99	195	83
長野	215	224	439	233
飯原	116	141	257	112
本	347	386	733	309
瀬戸	80	91	171	82
合計	903	992	1,895	858

