

# あじさいだより



ホームページ Instagram

令和3年度 第10号 2022年1月15日発行 **1月号**

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

## \* 1月・2月の行事予定 \*

- |    |         |                                       |
|----|---------|---------------------------------------|
| 1月 | 19日 (水) | あいさつ運動 (校子連)<br>ながいと身体の講座『足元マスタープラス編』 |
|    | 20日 (木) | マイナンバーカード交付                           |
|    | 21日 (金) | 学校運営協議会<br>青少年育成指導員会                  |
|    | 28日 (金) | 地域カフェみらい                              |
|    | 30日 (日) | 糸島市長・市議会議員選挙                          |
| 2月 | 2日 (水)  | あいさつ運動 (民生委員)                         |
|    | 8日 (火)  | あじさい館健康講座『耳寄りな耳つぼのお話』                 |
|    | 11日 (金) | 区長会                                   |
|    | 13日 (日) | サークル代表者会議<br>じゃがいもプロジェクト              |
|    | 15日 (火) | 長糸小学校開放施設利用調整会議                       |
|    | 16日 (水) | あいさつ運動 (民生委員)                         |
|    | 18日 (金) | コミカレ講座『スマホ教室 (入門編)』                   |
- ※ 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~】

**1月19日(水)**

担当：校子連

**2月2日(水)・16日(水)**

担当：民生児童委員

長糸小学校児童  
登校時の見守り・  
声かけ運動です。



主催：市同協長糸支部

## あじさい館 健康講座

### 耳寄りな **耳つぼ** のお話

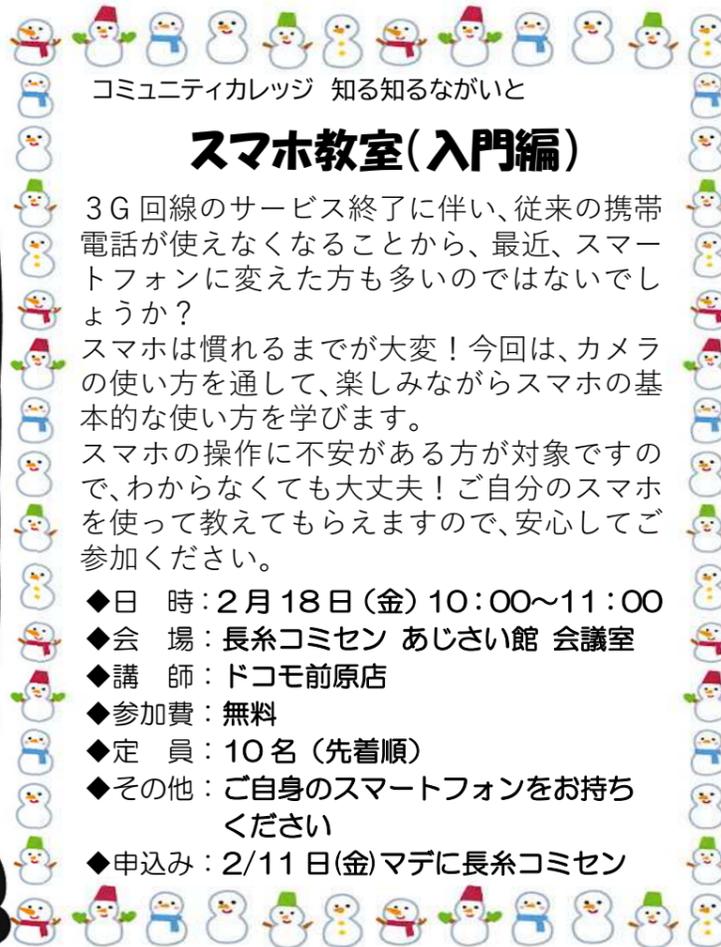
足と同様多くのツボがあると言われる耳。耳への様々な刺激が健康の改善に期待されており、その効能・効果に注目が集まっています。今回は「耳つぼ」の専門家をお招きし、耳や耳つぼの基本的なお話をうかがいます。ぜひ、ご参加ください！

- ★日 時：2月 8日(火) 10:00~11:30
- ★会 場：長糸コミセン あじさい館 会議室
- ★講 師：宮本 沙莉奈 さん
- ★参加費：無料
- ★定 員：10名程度 (先着順)
- ★その他：スタンド式の鏡
- ★申 込：2/4(金)マデに長糸コミセン

当日ご希望の方には、耳つぼジュエリーの施術を体験していただくこともできます。(1個500円、当日先着順)



◆◆◆ 講座のお申し込みは、長糸コミュニティセンターあじさい館(☎323-2032)まで ◆◆◆



コミュニティカレッジ 知る知るながいと

## スマホ教室(入門編)

3G回線のサービス終了に伴い、従来の携帯電話が使えなくなることから、最近、スマートフォンに変えた方も多いのではないのでしょうか？

スマホは慣れるまでが大変！今回は、カメラの使い方を通して、楽しみながらスマホの基本的な使い方を学びます。スマホの操作に不安がある方が対象ですので、わからなくても大丈夫！ご自分のスマホを使って教えてもらえますので、安心してご参加ください。

- ◆日 時：2月 18日(金) 10:00~11:00
- ◆会 場：長糸コミセン あじさい館 会議室
- ◆講 師：ドコモ前原店
- ◆参加費：無料
- ◆定 員：10名 (先着順)
- ◆その他：ご自身のスマートフォンをお持ちください
- ◆申込み：2/11日(金)マデに長糸コミセン

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**

次回 **1/28(金) 9:30~13:30**

### 節分会と 血管年齢測定会

会場：長糸コミュニティセンター あじさい館

指先をセンサーに乗せるだけの簡単測定  
保健スタッフや運動療法士さんからの  
お話、アドバイスもありますよ！

### ♪ 今後の予定 ※内容は予告なく変更になる場合があります

2月 6日 (日)	9:30 ~ 13:30	「オカリナ演奏会」
2月 25日 (金)	9:30 ~ 13:30	「お楽しみ鑑賞会」

\* 上記以外に毎回、ニュースポーツ(卓球バレー・カローリング)、茶話会、ランチタイムがあります。昼食持参されてもよし！お弁当の注文はお早めに！

\* 福岡県の新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止あるいは時間・内容が変更となる場合があります

糸島市認知症カフェ事業助成金交付事業

◇ お問い合わせ・お弁当の注文はあじさい館(TEL323-2032)  
◇ お弁当(300円)の注文は開催日の5日前マデです

参加費  
ひとり1回  
300円



## 謹賀新年

長糸校区の皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのことと存じます。

旧年中は、長糸校区運営委員会や長糸コミュニティセンターの事業等にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございました。

昨年は、新型コロナウイルスが猛威を振るい、度重なる臨時休館や行事の中止など、皆様にはご迷惑をおかけいたしました。コロナ対策を講じた新しいイベントも生まれるなど、長糸校区のパワーを感じる一年でもありました。

本年も、しっかりと感染症対策を取り、さまざまな工夫をしながら、皆様に安心してご利用・ご参加いただけるよう事業を進めてまいりますので、皆様の一層のご支援とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

一日も早い新型コロナウイルスの終息と、皆様のご健康とご多幸を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

長糸コミュニティセンター  
あじさい館 職員一同

## 令和4年 糸島市成人式

1月11日(月・祝)糸島市成人式が市内6会場(前原・前原東・前原西・二丈・福吉・志摩中学校体育館)で行われました。

今年は、新型コロナウイルス感染予防対策のため、中学校区ごとに分かれて、中学校体育館での開催となりました。

今年の糸島市の新成人(2001年4月2日~2002年4月1日生まれ、12月1日現在)は、974名、長糸校区の新成人は19名でした。

若い力と新しい視点で時代を切り開いていってくれることでしょう！  
新成人の皆様おめでとうございます(\*^-\*)

令和4年4月1日から成人年齢が20歳→18歳になります。それに伴い、令和4年度より成人式が「二十歳のつどい」へ変更となる予定です。



※成人式の様子は来月号に掲載予定です！

## 令和4年度 長系コミュニティセンター 登録サークルを募集します♪

### サークル説明会・サークル代表者会議 開催

長系コミュニティセンターでは、令和4年度のサークル登録・利用についての説明会を下記の日程で開催いたします。

現在活動中のサークル代表者の方、新しくサークルの立ち上げを希望される方は、ご出席をお願いいたします。

♪日時：2月13日(日) 10:00～  
(1時間程度)

♪会場：長系コミュニティセンター 会議室

◇部屋使用料(1時間あたり)			
	9:00～17:00	17:00～22:00	冷暖房
大研修室	210円 (110円)	270円 (140円)	550円 (280円)
調理室	210円 (110円)	230円 (120円)	330円 (170円)
その他の会議室	170円 (90円)	190円 (100円)	220円 (110円)

### サークルとは？

〇〇を学びたい！〇〇で体を動かしたい！地域でボランティアをしたい！など、同じ目的を持った人々がグループを作って活動し、親交を深めるものです。

講師を招いたり、お互いに教えあったりと活動のスタイルはさまざま。年齢制限もありません。何か新しいことを始めてみませんか？

### サークル登録をすると？

◇使用するお部屋を1年間(4月～翌年3月)まとめて予約することができます。

(通常は3か月前or6か月前から予約可能)

◇通常の使用料の半額(5割減免)でお部屋をご利用いただけます。

※センター認定サークルは( )内の料金でご利用いただけます



## ながいとあじさい号

## ボランティア運転手さんを募集しています！

平成30年7月から運行開始された「あじさい号」。校区の皆様のお買い物、通院、おでかけなどに役立っています。長系独自のドア to ドア方式で利用者からは大好評です。

「安心・安全な長系校区」を維持するため、長系校区自主運行バス協議会では、「あじさい号」の運転をしていただけるボランティアの方を随時募集しています！

平日のお昼間の空いている時間を、地域のためにお貸しいただけませんか？月に1回からでもかまいません。運転手さんの都合に合わせた当番制で運行しております。

ご興味のある方は、詳細を説明いたしますので、長系コミュニティセンターまでご連絡ください。お待ちしております！！

### 令和4年度のあじさい号利用者の募集について(予告)

令和4年のあじさい号利用登録は、2月下旬より開始予定です。

今年度登録されている方には、ご案内をお送りいたしますので、お待ちください。

新規の登録を希望の方は、詳細をご説明いたしますので、長系コミュニティセンターまでご連絡ください。

### あじさい号とは？

交通不便地域対策として、糸島市より車両を貸与され、長系校区で運行している自主運行バスです。

#### 【運行日時】

火・水・木・金曜日  
※祝日を除く  
9:00～12:00  
13:00～16:30

#### 【運行範囲】

東：波多江  
南：志摩初  
西：深江 くらいまで

#### 【利用について】

前日までの予約が必要で、利用には、事前の会員登録が必要です。

### 長系校区子ども会育成会連絡協議会 主催 令和3年度 ながいと芋畑プロジェクト

### みんなで育てたサツマイモ 給食に登場

昨年度より始まった「ながいと芋畑プロジェクト」。今年度も校子連の主催で取り組まれました。

5月に畑を耕すところから始まり、マルチはり、苗植え、除草作業、つる返し、獣害防止ネットの設置など、様々な作業を経て、10月30日に無事収穫を迎えました。

手塩にかけて育てられたサツマイモは、子どもたちによって掘り出され、一部は焼き芋に、一部は各家庭で料理され、そして、ついに長系小学校の給食に登場！長系の人々が長系で育てた「ALLながいと」のサツマイモ、長系の子どもの栄養となりました。

さつまいもは、ほうとう・だご汁・ビーンズシチューとなり、12月の給食に3日間登場しました！子ども達がおいしそうに食べる写真と、感謝のメッセージ入りのポスターが届きました(\*^-^\*)



### 井上俊一さん特集がテレビで放送されました！

糸島市・糸島新聞社共同企画「郷土糸島の偉人たち」にも選定された、旧長系村の村長・井上俊一さんが、KBC九州朝日放送の『温故知新 発見！九州スピリット』(毎週土曜 22:55～)で特集されました！12月4、11、18、25日と4回(1回5分程度)にわたって放送され、井上さんの軌跡や人柄、長系の発展に尽力されたようすなどがわかる内容となっています。

長系コミュニティセンターで録画をしていますので、見逃した方はぜひ見に来てください。



昭和初期の井上村長や長系村のみなさんの奮闘が今の長系の礎を築いたんですね。



### 糸島市役所 健康づくり課より

## 生姜の力 再発見！！

保健師コラム第19号  
管理栄養士による特別号

\*\*\*\*\* 身体を温めるには生姜を加熱することがポイント！ \*\*\*\*\*

#### 生姜を加熱すると

新陳代謝を促し身体を温める

加熱すると増える  
ショウガオールが  
身体を温めます

#### 生姜を生で食べると

身体の芯を冷やす



#### 寒い日におススメ♪生姜のホットミルクレシピ♪

【材料】牛乳 200ml  
おろした生姜 小さじ1～2  
(作り方) 材料を耐熱コップに入れ 500wで1分30秒加熱し、よく混ぜる。

お好みで砂糖やはちみつ等を加えてもOK♪

問い合わせ：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

488日

2022年1月15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3年12月末現在

行政区名	男	女	計	世帯数
白糸	45	55	100	38
川付	96	110	206	82
長野	218	219	437	220
飯原	124	143	267	116
本	372	393	765	313
瀬戸	81	84	165	78
合計	936	1,004	1,940	847

長系校区人口  
総人口 1,940人  
(増減なし)

世帯数 847  
(1減)

○内は前月比