

あじさいだより

令和4年度 第11号 2023年2月15日発

2月号



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

* 2月・3月の行事予定 *

- 2月 15日(水) あいさつ運動(長野)
- 18日(土) 社協『ひとり暮らし高齢者訪問』
- 24日(金) 地域カフェみらい
- 3月 1日(水) あいさつ運動(飯原)
- 5日(日) 地域カフェみらい
- 7日(火) コミュニティセンター講座 『ハーブでつくるハンドクリーム』
- 10日(金) 前原中学校 卒業式
- 14日(火) 区長会
- 15日(水) あいさつ運動(市同協長糸支部)
- 17日(金) 長糸小学校 卒業式
- 24日(金) 地域カフェみらい 長糸小学校 終了式

※ 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~】

2月15日(水) 担当：長野行政区

3月 1日(水) 担当：飯原行政区

3月15日(水) 担当：市同協長糸支部



長糸小学校児童登校時の見守り・声かけ運動です

【主催】糸島市人権・同和教育推進協議会 長糸支部

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

糸島市認知症カフェ事業助成金交付事業

2/24(金) 血管年齢測定会

測定器に指を乗せるだけ！簡単に測れます

3/ 5(日) いと愛ガールズミニコンサート ひなまつり会

♪ 今後の予定

※内容は予告なく変更になる場合があります

3月 24日(金) 9:30 ~ 13:30 マンドリン演奏会・お花見会

- * 上記以外に毎回、ニュースポーツ、茶話会、ランチタイムあり 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ィ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。

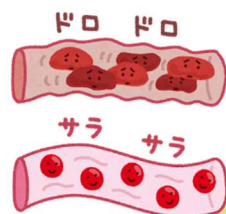
お弁当(300円)の注文やカフェについての
お問い合わせは、あじさい館(323-2032)まで
※お弁当は開催日の5日前までにご注文下さい

参加費
ひとり1回
300円



- ◆血管年齢測定と結果説明
 - ◆健康運動指導士の方による運動実技講座
 - ◆地域包括の方による介護に関する相談 などなど
- 健康に長生きするヒントがたくさん♪

あなたの血管の状態は？



誰でもロゾさめる
懐かしのアイドルソングで
盛り上がること
間違いなし♪

●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

協力：長糸パソコン教室
パソコン スマホ・IT なんでも **よろず相談所** 受講無料

【2月・3月の開催日】

2月21日、3月7日・21日 全て火曜日 13:30~15:30

名簿や決算書、会議資料に総会資料。慣れない書類作成に苦勞されていませんか？
そんな時こそ『PC よろず相談所』。エクセル・ワードなどPCでの資料作成の困りごとをここで解決してください！



自分好みを探してみよう！

コーヒーの淹れ方・選び方

豆の特性や淹れ方による味の違いを体験します。普段使っている器具(ドリッパーなど)や好みの銘柄のコーヒー豆、ドリッパーなどをご持参ください。自宅のカフェタイムがラックアップすること間違いなし！

♪日時：3月15日(水) 10:00~11:30

♪会場：長糸コミュニティセンター

♪講師：廣川 文美さん (spectacles coffee 023 店主)

♪定員：10名程度(先着順)

♪参加費：500円(当日徴収、実習材料代)

♪申込・問合せ：3/10(金)まで長糸コミセンへ



ライブキッチン

長糸エンジョイ倶楽部

心落ち着くお寺カフェ



スリランカカレー

あなたのカレーの概念が変わります！
インド風とも日本風とも欧風とも違う

「スリランカカレー」を体験するチャンス！ スリランカ在住経験のある講師と、食・料理をとおしての異文化体験・交流を楽しみませんか？

♪日時：3月3日(金) 10:00~13:00

♪会場：長糸コミセン 調理室

♪講師：千場 菜々子さん(長糸在住)

♪定員：8名(先着順)

♪参加費：500円(材料費として当日徴収)

♪持ってくるもの：エプロン・三角巾・筆記具

♪申込・問合せ：2/25(土)まで長糸コミセンへ

作るのは講師だけ！ライブキッチンとは？

- ①参加者は見ることに集中！講師の手際やコツ、説明を見逃さない、聞き逃さない。
- ②参加者みんなが講師の味を体験できる！
- ③講師のお料理秘話を聞ける！質問しやすい！

坐禅体験&まったり珈琲タイム



曹洞宗(禅宗)のお寺で坐禅と薬師講を体験します。その後、地元で人気の隠れ家カフェのこだわりコーヒーを囲んでのカフェ&トークタイム。

日頃のストレス解消にぴったりのリラクゼーションワークです！

♪日時：3月8日(水) 10:00~12:00

*坐禅体験は20分程度です

♪会場：宝林寺(本1489・駐車可)

♪講師：高山 幸典さん(宝林寺 ご住職) 廣川 文美さん (spectacles coffee 023 店主)

♪定員：10名程度(先着順)

♪参加費：100円程度

(お茶菓子代・当日徴収)

♪申込・問合せ：3/1(水)まで長糸コミセンへ



この講座の会場はコミセンではありません。宝林寺さんの地図が必要な方はお申し込み時に、お申し出ください。

「あじさい号」利用者募集中

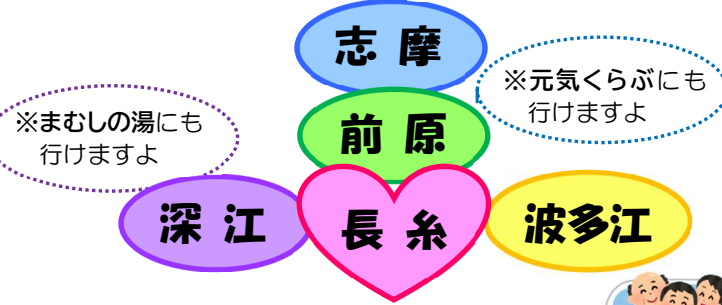
長系校区の自主運行バス『ながいとあじさい号』は、4月からの利用者を募集しています。

◇あじさい号ってなに？

- *糸島市の補助を受けながら運行している、長系校区の自主運行バスです。
- *長系にお住いの方であれば、どなたでもご利用いただけます。(ただしご利用には登録が必要です)
- *前日までの電話予約でOK
- *あじさい号の最大の特徴は、小回りの利く車両でのドア to ドア方式！ご自宅～目的地までご希望の日時にご利用いただけます。(運行スケジュールや停車位置に一部制限があります)

◇運行範囲

※原則：初くらいまで



◇運行スケジュール

火曜日～金曜日 午前の部 9:00～12:00
 (祝日運休) 午後の部 13:00～16:30

◇こんな時にあじさい号 (利用例)

数か月に一度行きつけの美容室へ。美容室の予約の時間に合わせて、あじさい号を利用しています。

週に一度スーパーでまとめ買い。免許を返納しても安心して買い物に行け、とても助かっています。

親戚や友達の家に行くときに利用しています。公共バスが通っていない場所でも大丈夫なのがうれしい。

月に一度の定期受診や予防接種に病院へ。検査の時も帰りの運転の心配をしなくてよいので安心です。

印刷機利用の際はご予約をお願いします



毎年、年度末～年度初めは、総会の準備などで、印刷機の利用が多くなります。みなさまにスムーズにご利用いただくため、大量に印刷される場合は、事前にコミュニティセンター(☎323-2032)へご連絡をお願いいたします。

※印刷機のご利用は、センター関係団体・センター認定サークル・校区各種団体に限らせていただいております。

福岡ソフトバンクホークス

オープン戦 招待チケット配布

糸島市との包括連携協定の一環として、福岡ソフトバンクホークス様より福岡 PayPay ドームでのオープン戦の入場無料引換券をいただきました。

日程は以下の通りです。

- ① 3月7日(火) 対 ヤクルトスワローズ 18:00 試合開始(16:00 開場) 70 枚
- ② 3月8日(水) 対 ヤクルトスワローズ 18:00 試合開始(16:00 開場) 90 枚
- ③ 3月9日(木) 対 ヤクルトスワローズ 18:00 試合開始(16:00 開場) 80 枚

枚数限定でランクアップも可能です！
 (詳しくはチケットをご覧ください)

※新型コロナウイルス感染症対策の詳細は、ホークス公式サイトでご確認ください。

2023年度の福岡SBH

スローガンは
 「魔!魔!魔!」



【配布について】

2月26日(日)

9:00より

長系コミュニティセンター
 窓口にて直接配布
 (先着順・1世帯5枚まで)

制服リサイクル運動にご協力をお願いします！

前中学生徒会・前中 PTA コラボ企画

前原中学校PTAは、生徒会と協力して、生徒と保護者が物を大切にできる心を育てることと、保護者の経済的負担を軽減することを目的に制服リサイクル運動に取り組んでいます。
 ご家庭に不要になった前原中学校の制服等がありましたら、ご協力をお願いします。

【提供をお願いしたいもの】

- ブレザー・ズボン・スカート・通学かばん・ネクタイ・リボン・ベスト・体育館シューズ・体操服上下・ジャージ上下・ヘルメット

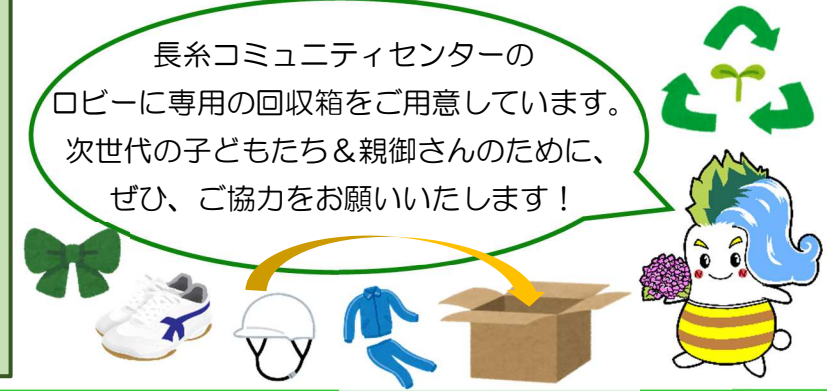
【受付期間】令和5年3月1日～5月10日

【受付場所】前原中学校事務室

各校区コミュニティセンター

【問い合わせ先】前原中学校(322-2038)

長系コミュニティセンターのロビーに専用の回収箱をご用意しています。次世代の子どもたち&親御さんのために、ぜひ、ご協力をお願いいたします！



冬は脳卒中が起きやすい！

健康コラム 第32号

脳卒中・脳血管に障害が起こる病気

(主な原因) 高血圧・喫煙や飲酒などの生活習慣

冬は、熱を外へ逃がさないよう貯熱という働きで血管が収縮し血圧が上がりやすくなります。さらに、寒暖差によって血圧の変動が起こりやすいため、脳卒中の危険性が増します。

冬の脳卒中予防

1. 寒暖差を避ける
 例：トイレや脱衣所を温める
 こまめに上着を羽織る
2. 早朝のウォーキングは日中に
3. 汗をかいていなくても水分補給

こんな症状が突然現れたら、すぐに受診！

- ・片方の手足が動かない
- ・顔の半分が動かない・しびれる
- ・ろれつが回らない

「腕・顔・言葉」の3つの症状に注意！

問い合わせ先：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

長系剣道スポーツ少年団 大奮闘

12月20日(日)と1月22日(日)に波多江小学校にて「波多江剣道創立五十周年記念親善剣道大会」、志摩中学校にて「糸島市スポーツ少年親善大会」が行われました。

波多江大会では、団体戦小学校高学年の部で松尾 昊也くん・福井 亮利くんの組が準優勝、低学年の部で松尾 天翔くん・森 海翔くんの組が第3位と好成績を収めました。

また、親善大会では中学1年生の部で福井 柑奈さんが第3位、小学校5年生の部で福井 亮利くんが優勝！団体戦では小学校低学年の部で松尾 天翔くん、森 海翔くんの組が第3位。高学年の部でも準優勝と本当にみんなよく頑張りました。

長系剣道では、団員を募集しています。ぜひ、見学にお越しください。
【稽古日】毎週 火・木・土
【場 所】長系小学校体育館



長系校区の人口推移

令和5年1月末現在

行政区名	男	女	計	世帯数
白糸	47	55	102	40
川付	98	102	200	83
長野	215	220	435	226
飯原	119	141	260	118
本	352	390	742	315
瀬戸	76	90	166	81
合計	907	998	1,905	863

長系校区人口
 総人口 1,905 人
 (6人増)
 世帯数 863
 (2増)
 () 内は前月比

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

153日

2023年2月10日 現在

長系校区まちづくり推進委員会