

# こもれび館深江 1 月号 だより

令和5年  
通巻第10号

## 新年あけましておめでとうございます。



皆様方におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

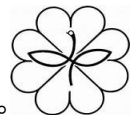
また、昨年実施しましたこもれび館深江事業に対しまして温かいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

今年は、昨年コロナで中止した事業や新たに企画した事業に取り組み、たくさんの方にご来場いただけるセンターを目指し職員一同努力してまいります。

本年もよろしく願いいたします。

【こもれび館深江 職員一同】

## 民生委員・児童委員一斉改選のお知らせ



令和4年12月1日から民生委員・児童委員が下記のとおり改選されました。

民生委員・児童委員には、守秘義務があります。生活に対する悩みや不安があれば一人で悩まず、気軽にご相談ください。地域の皆さんから受けた相談内容の秘密は守られます。各行政区を担当される民生委員・児童委員の方をご紹介します。

【任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日】

氏名	担当行政区	氏名	担当行政区
★古川 美和子	松末・福永	★古藤 富美	下松末・片山
中山 朝代	湊町・祇園町	選考中	深江新町・深江西町
★木村 純一	深江東町・塩屋町・古家町	★野口 邦子	本町・宮小路堂山
★那須 愛子	元町	★小田 ひとみ	南町
山田 稚枝		★韓 久美子	道元
★濱部 ノリ子	やよい野	★檜崎 佐代子	白浜町
中村 多嘉子	宮小路堂山・淀川		
田中 由美子	主任児童委員		二丈中学校区(一貴山・深江校区)

※深江新町・深江西町の担当者は選考中のため、当面の間は中村多嘉子さんが相談等に対応されます。 ★マークは新規の方です。

## 人権視察研修報告

11月26日(土)に行政区人権・同和教育推進委員さん等21名で、「宗教と弾圧」をテーマに掲げ平戸市へ視察研修(人権学習)に行きました。

「平戸市焼罪史跡公園」「島の館生月博物館」「平戸市切支丹資料館」の3か所を訪れ、参加者からは「隠れキリシタンと潜伏キリシタンの違いが分かった。」

「守られるべき人権に対し考えさせられた。」という感想をいただきました。



【平戸市焼罪史跡公園】

## 人権映画祭「ほけますからよろしくお願ひします。」～おかえりお母さん～



【鑑賞された皆さん】

12月4日(日)75名の方が来場され、人権映画祭が開催されました。

当日は、令和2年に上映した続編で、認知症のお母さん(90代前半)を介護するお父さん(90代後半)の日常などを一人娘の目から記録したドキュメンタリーです。懐かしい家族の風景から看取りの現実まで映し出され、上映中会場のあちらこちらからすすり泣く声が聞こえ、とてもすばらしい作品でした。



## 12/10 講座(クリスマス料理)

食進会深江支部との共催で料理研究家佐藤 彰子先生をお招きし開催しました。

1メートルもの鱈を目の前でさばかれ、参加者たちは食い入るように見学されていました。食進会では、皆さんが参加したいと思えるような料理講座を開催し、会員の募集を行っています。



### 【メニュー】

- ・フライパンで作るパエリア
- ・糸島地魚カルパッチョ
- ・クラムチャウダー
- ・プリン



【参加者の皆さん】

興味がある方は、代表者までご連絡ください

【食進会 深江支部】

代表者 野口 邦子

Tel 080-6415-6729

## はこべ幼稚園からの贈り物

昨年、勤労感謝の日に合わせてはこべ幼稚園の園児と先生が素敵なオブジェを届けてくれました。

事務所入り口前に飾っていますので来館の際には是非、ご覧になってください。



【はこべ幼稚園代表園児】



## ～深江あったかコンサート開催～



令和2年度、3年度の2年間コロナで中止しておりました「あったかコンサート」を下記のとおり開催します。

この事業は、深江校区社会福祉協議会とこもれび館深江の共催により実施しているものです。

素晴らしい音楽に触れてみませんか。曲目は、2月号のこもれび館だよりに掲載します。多数の参加をお待ちしております。

### 記

日時 令和5年2月19日(日)13時受付  
13時30分開演 15時30分終演

場所 こもれび館深江 大研修室

定員 100人程度 先着順 (入場無料)

申込 こもれび館深江 (☎325-0234)

出演者 ①河合 拓治さん (ピアノ演奏)

②中園 久美子さん (声楽)  
真悠子さん (ピアノ伴奏)

③片岡 多佳子さん (ピアノ演奏)

④パレットトリオさん ----->



【パレットトリオさん】

ピアノ：岡田 菜美さん  
ヴァイオリン：永田 望さん  
マリimba・打楽器：山口 智史さん



### コミセン 講座

## ～ハーブでハンドクリーム 参加者募集～

乾燥した肌にハーブで作ったハンドクリームは、いかがですか？  
ハーブの成分や効能などを学んだあと、自分の好みにブレンドした  
ハンドクリームを作ります。

日々の生活の中にハーブを取り入れてみませんか？

\*日時 2月4日(土) 10時～12時

\*場所 こもれび館深江 調理室

\*講師 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 (材料・容器代)

\*持参品 ハンドタオル、筆記用具

\*定員 12名程度 (先着順)

\*申込 こもれび館深江 ☎325-0234



# しっとお？行政区 行政区紹介

## 今回はやよい野行政区です



【イベントに集まった皆さん】

二丈中学校の南側からバイパス一帯に広がる、深江校区の中で一番新しい行政区です。ほとんどの住民の方が他の地域から移って来られました。その為、交流や親睦を図る目的で、色々なイベントを開催し、子どもからお年寄りまで多数参加していただき大いに盛り上がったものです。

### ※主な行事

コロナ禍前には、12月に子どもからお年寄りまで参加の「ふれあい餅つき大会」を実施していました。



【ふれあい餅つき大会】

また、けやき通りを中心に、全員での町内一斉清掃を年4回行ったり、子ども会の芋掘りを毎年実施しています。



【町内一斉清掃】

深江神社の大祭「神幸祭」においては、行列のお役をいただき参加しています。

### ※今後の課題

高齢者の方が増えてきているので、皆でお互いに助け合いながら、明るい街にしていきたいと思えます。

コロナ収束の折には、行事を再開して皆様の元気なお姿と、笑顔に逢えたらうれしいですね。

資料提供、お話をいただいた方  
やよい野行政区長 吉村 啓二 様

### 体内時計を整えて脂肪燃焼 ～脂肪をためないヒント～

健康コラム  
第31号

体には、1日のリズムを刻む「体内時計」という仕組みが備わっています。リズムが整うと、食事からとったエネルギーをしっかりと燃焼してくれます。

結果として脂肪の蓄積が減り、一日を元気に過ごすことができます。

#### 朝 朝ご飯を食べよう！



朝食で体内時計のスイッチオン。一日を通して脂肪が燃えやすい体に。

#### 昼 栄養バランスを考えて しっかりとろう！

昼はエネルギーが最も消費されやすい時間帯。脂肪に変わりにくいため、昼食は少しボリュームがあってもOK！

#### 夕 野菜中心で脂質は控えめに しよう！

21時以降は心身の活動量が低下し、からだは休息モードに。夕食や飲酒は早めに終えるほど、内臓脂肪がたまりにくい。

問合せ先 糸島市健康づくり課 ☎332-2069

## 1月・2月行事予定

- 1月4日(水) 開館
- 23日(月) 青色防犯パトロール車贈呈式
- 31日(火) (学校開放施設利用者)調整会議
- 2月4日(土) 講座(ハンドクリーム作り)
- 19日(日) 深江校区海岸清掃  
深江あったかコンサート

