



発見No.136

子どもの食育と、私の家族の、地域の健康を!! 食進会 柴田陽子(朝町)

福岡県に食進会(食生活改善推進委員会)ができて54年、南郷食進会も諸先輩方のおかげで活動を続けてこられました。

コロナの時代もありましたが、コミセンや、会員の皆さまの協力で何とか乗り切ることができました。

今年は4月に宮田地区、5月に野坂地区のいきいき交流会にて栄養指導で減塩料理(タンドリーチキン)を作りました。夏休みにはわくわくクッキング、託児をつけた親子料理教室を予定しています。

会員は男性3人を入れて13人。皆さんお料理が大好きです。それぞれ好きなこと、体操などのメンテナンスで自分の健康を維持しています。

活動は原則第1水曜日の例会です。見学研修、そば打ち、魚さばきなどの活動もしています。

1度のぞいてみませんか。

問合せ先 090-9608-6039(シバタ)



お金を払う前に
先ず相談を!

5月29日に市消費生活センターの相談員から、架空請求詐欺や悪質商法の最近の手法について話を聞きました。参加した22人は被害にあって教えた対策方法について学びました。

カレッジオブ南郷
ためになる講座
生きがいづくり推進委員会



いろんな
植物が薬剤

6月6日のバスツアーに、26人が参加し、三ツ宝神社で薬の歴史を学びました。バスツアーは、三ツ宝神社で薬の歴史を学びました。

カレッジオブ南郷
ハッピーバスツアー
生きがいづくり推進委員会



道の駅くるめで
ランチ

は、中富記念くすり博物館で、展示された昔の薬の資料を見学しました。また、お茶会も行いました。

(参加者の声)



↑ダンボール遊びは無限



紙で
作った
雨傘

6月8日、南郷公園跡地で開催しました。家族連れ、子ども、大人、高齢者、障害者など、様々な方が参加しました。お天気に恵まれ、楽しい時間を過ごすことができました。

出張プレーパーク
生きがいづくり推進委員会



右脳を刺激し
判断力を高め
集中力ができる

6月10日、30人の参加者で、認知症と生活の関わりについて話を聞きました。お茶会も行いました。

囲碁教室開講式
公民館活動部会



近所の人との交流
支援の大切さを
実感

三者合同研修会
健康福祉部会

令和7年度 新スタート



【令和7年度南郷地区コミュニティ運営協議会新役員】敬称略

【後列左から】中村丈助(地域づくり部会長) 原田直幸(公民館活動部会長) 前田修吾(青少年育成部会長) 津山美紀(監事) 石井範子(監事)

【前列左から】楠本ミキ(南郷アンビシャス広場推進委員長) 副田明美(会計)

山野尚子(副会長) 釜瀬博志(会長) 清永辰生(副会長) 野田スミ子(健康福祉部会長)

南郷地区コミュニティ運営協議会が5月25日に行われ、各区から選出された協議会員の承認により、すべての令和7年度のコミュニティ活動がスタートします。皆さまの協力をお願いいたします。

★新役員から一言

会長 釜瀬博志(野坂)

任期最後の年、南郷小学校と共催の南郷まつり、郷土防犯マップの作成、高年齢者の福祉充実、子どもを健康に育てる活動など、さまざまな取り組みを、地域の方々と一緒に進めていきます。

副会長(区長会会長) 清永辰生(後曲)

海が好きで宗像に越してきて30年が経ちました。現役時代は勤めの人で、ほとんど地元の人と関わりがなかったのですが、定年後、この区やコミュニティに関わりを持ちたいと思い、職務に取り組みます。

副会長 山野尚子(朝野)

コミュニティ運営協議会を増やしていくことが急ぎ重要な課題だと思っています。役員2年目となります。

今年度もよろしくお願ひします。

会計 副田明美(光岡)

昨年度の経験を活かして、微力ですが大好きな南郷のお役に立てるように頑張ります。ご指導ご鞭撻よろしくお願ひいたします。

公民館活動部会 部会長 原田直幸(野坂)

公民館活動部会として、最初の行事南郷地区親善グライウンドゴルフ大会は、あいにく中止になりましたが、地域の親睦と融和の場を、その前進を目指し頑張ります。

青少年育成部会 部会長 前田修吾(東旭ヶ丘)

東京都世田谷区生まれ、妻は横浜生まれです。平成27年、都会が嫌になり、平成27年終の棲家として宗像市に移住してきました。

健康福祉部会 部会長 野田スミ子(野坂)

「みんなが築き守る南郷」を目標とし、小学3年生との七夕まつりや

バスハイイク、わくわく交流会を開催。地域のいきいき交流会やサロンの参加が介護予防につながります。本年度は、さらに楽しく前進。ご協力よろしくお願ひいたします。

地域づくり部会 部会長 中村丈助(宮田)

今年度は部会で、スマホ教室とダンボールコンポスト講座を行います。皆さまの参加ご協力をお願いいたします。

南郷アンビシャス広場推進委員会委員長 楠本ミキ(朝野)

学習支援や体験活動を通じて、子どもたちの限りない可能性を伸ばすお手伝いが出来ればと思います。

監事 石井範子(朝野) 監事 津山美紀(東旭ヶ丘)

※事務局長退任のあいさつ 川島政美(光岡)

令和3年度事務局局長に就任し、4年間地域の皆さまに支援をいただきました。ありがとうございます。今後も、微力ではありますが地域に貢献いたします。

6月10日、30人の参加者で、認知症と生活の関わりについて話を聞きました。お茶会も行いました。

中村裕子(野坂)

親子教室「南郷キッズ」
生きがいづくり推進委員会

6月11日の親子教室に、8組の親子が参加して、赤間保育園の出前保育を行いました。先生によるパネルシアターとカタツムリや傘の工作を親子で楽しみました。

なんごう 情報広場

問合せ・申込み
南郷地区コミュニティ・センター(南郷コミセン)
☎ 36-3465 FAX 34-8049

7月の行事予定表

1日㊥	南郷まつり実行委員会
2日㊥	食進会
3日㊥	七夕まつり(健康福祉部会)
5日㊥	自主防災推進委員会
7日㊥	休館日
8日㊥	青少年育成部会
9日㊥	親子教室「南郷キッズ」
10日㊥	地域健診
11日㊥	老人クラブ
	民生児童委員会
	公民館活動部会
13日㊥	囲碁教室(公民館活動部会)
14日㊥	休館日
15日㊥	健康福祉部会
17日㊥	生きがいづくり推進委員会
20日㊥	参議院議員選挙
21日㊥	休館日
22日㊥	カッパ オブ 南郷 はがき絵
23日㊥	広報委員会
24日㊥	コミュニティ役員会
25日㊥	健康よくばり講座
26日㊥	コミュニティ運営委員会
28日㊥	休館日
29日㊥	サマーキャンプ
31日㊥	わくわくクッキング(食進会)

- ◆お盆期間中の南郷コミセン休館日
8月13日㊥ ～ 8月15日㊥
- ◆お盆期間中の燃やすごみ収集休み
8月13日㊥ ～ 8月15日㊥
- ◆8月開催予定の南郷文化祭は中止

コミセンからのお知らせ

★7月介護予防いきいき交流会 (健康福祉部会)

- ・日時・場所
- 1日㊥ 10:00～ 大穂公民館
- 7日㊥ 10:00～ 東旭ヶ丘公民館
- 8日㊥ 10:00～ 朝町公民館
- 9日㊥ 10:00～ 紫雲台公民館
- 10日㊥ 10:00～ 原町公民館
- 15日㊥ 10:00～ 野坂公民館
- 16日㊥ 9:30～ 光岡公民館
- 24日㊥ 9:30～ 朝野公民館

※詳しくは各区の老人クラブへ問い合わせ下さい

★七夕まつり (健康福祉部会)

- ・日時：7月3日㊥ 10:35～12:10
- ・場所：南郷小学校 体育館
- ・内容：南郷小3年生と七夕飾り作り

★親子教室「南郷キッズ」 (生きがいづくり推進委員会)

- ・日時：7月9日㊥ 10:00～12:00
- ・場所：南郷コミセン 2階ホール
- ・対象：就園前の乳幼児と保護者
- ・参加費：親子1組で100円
- ・内容：水遊び ほか
- ・持ち物：水着・タオル・着替え・帽子・水筒

★囲碁教室 (公民館活動部会)

- ・日時：7月13日㊥ 9:30～10:30
- ・場所：南郷コミセン 研修室1
- ・持ち物：水筒・タオル

★カレッジ オブ 南郷 はがき絵 「松師古の心だより」 (生きがいづくり推進委員会)

夏のおたよりを描いてみませんか？

- ・日時：7月22日㊥ 13:00～15:00
- ・場所：南郷コミセン 研修室2
- ・講師：西川扶美(書画研究会「睦翔」講師)
- ・参加費：600円(材料費込み) ※先着8人
- ・申込締切：7月15日㊥

★健康よくばり講座 (生きがいづくり推進委員会)

- ・日時：7月25日㊥ 13:30～15:30
- ・場所：南郷コミセン 2階ホール
- ・内容：市健康課の話・ニュースポーツ体験
- ・持ち物：水筒・タオル・室内シューズ

★わくわくクッキング (食進会)

- ～楽しくパンを作ろう～
- ・日時：7月31日㊥ 10:00～12:00
- ・場所：南郷コミセン 調理室、研修室1
- ・メニュー：時短パン・ミートボールスープ・きゅうりとツナのマヨ和え・サイダーゼリー
- ・対象：小学1年生～5年生
- ・持ち物：上靴・パンダナ・エプロン・布巾2枚
- ・参加費：100円
- ・申込締切：7月24日㊥ ※先着10人

★カレッジ オブ 南郷 自然史講座 「宗像という大地の歴史」 (生きがいづくり推進委員会)

南郷に大地震を起こすかも?しれない西山断層やいつも眺めている四ツ塚連山の成り立ち、宗像の化石などについて解説してもらいます。

募集

募集

募集

- ・日時：第1回 8月1日㊥ 10:00～12:00
「西山断層と四ツ塚連山」
- 第2回 9月6日㊥ 10:00～12:00
「古生物とアジアの中の宗像、岩石の観察」
- 第3回 10月4日㊥ ※現地学習
「福津市渡の津屋崎層と珪化木産地」
- ・場所：南郷コミセン 研修室1
- ・参加費：第1回・第2回は、各回500円
第3回1,000円(別途昼食代、バス代)
- ・講師：福岡教育大学 棟上俊二教授
- ・定員：20人 ※定員に達し次第受付終了
- ・申込締切：7月27日㊥

市からのお知らせ

★特定健診・がん健診(地域健診)

- ・日時：7月10日㊥
- 受付時間は送付された問診票に記載
- ・場所：南郷コミセン
- ・申込み・問合せ：市健康課 ☎36-1187
- ※ 特定健診を申込の方は、全身の筋肉量や体脂肪量が分かる測定を無料で受けられます。(先着20人)
- インターネット予約はこちらへ➡



★献血にご協力ください

- ・日時：7月31日㊥ 10:00～12:00
- ・場所：トリアーダ宗像(光岡)
- ・問合せ：市健康課 ☎36-1187



★団塊の世代のための介護予防勉強会

- ・日時：8月5日㊥ 10:00～12:00
- ・場所：メイトム宗像 多目的ホール
- ・対象：宗像市在住 概ね60歳以上の方で、自分の健康づくり、介護予防に興味のある方!
- ・申込締切：7月31日㊥
- ・問合せ・申込窓口：市高齢者支援課 ☎36-1285

広報委員会だより

広報委員会ってどんなことしてる…?

広報誌「もやい」で地域をつなげる情報を届けています。
地域の皆さんにとって役立つ情報や楽しいイベントの様子など地域の魅力を発信しています。「読んでよかった」「こんな活動があったんだ!」という声が聞けるのが私たちのやりがいです。
委員同士で楽しく意見交換しながら紙面作りをしています。
広報委員会ではご協力いただける仲間を募集しています。特別なスキルは要りません。人と話すのが好きな方、大歓迎です。興味のある方は、南郷コミセンまでお気軽にお問い合わせください。



一人ひとりの思いを形に。紙面づくりの現場から

小野仁平次様は令和7年6月にお亡くなりになりました。小野さんは長年にわたりコミュニティ役員としてご活躍され、引き続き令和7年3月までは広報委員として紙面作りにご尽力いただきました。
心よりご冥福をお祈り申し上げます。
広報委員一同

広報委員のつぶやき

「潮涼し舟より拝す沖ノ島」
これは明治の俳人杉田久女(ホトトギス派:後、除名)が筑前大島を訪れた時に詠んだ句です。近代俳句における最初期の女性俳人で、男性に劣らぬ格調の高さと華やかさのある句で知られていました。彼女は沖ノ島の近くまで行ったのだろうか?

p.n ヨシ坊

有料広告

幼稚園に遊びにきませんか

1～4才の未就園児さんを対象に園庭開放と子育て支援事業を行っています。
【子育て支援事業】

日時：8月27日(水)「運動会ごっこ」
10:30～11:30(受付 10:00～10:20)

【園庭開放】

日時：7月11日(金) / 9月2日(火)
10月24日(金) / 11月17日(月)
令和8年 1月22日(木) / 2月27日(金)
10:30～11:30(時間内は自由にご来園ください)

浄徳寺幼稚園 宗像市光岡 546 TEL0940-36-2534



浄徳寺幼稚園
ホームページ
はこちらから



広げよう! ペットの輪

うちのペットを紹介します

大谷美佐子(大穂町)

山口県周南市より保護犬で、我が家に来てから4年になります。利口で優しいパン吉です。今は私の保護をしてくれています。



(パン吉 オス 4歳)

※あなたのペットをご紹介ください。

詳しくは 南郷コミセンへ ☎36-3465

南の郷クラブ

【健康教室】

リズミカルな曲や心地よいメロディに合わせ簡単なダンスやストレッチ。転倒予防、将来の介護予防、産後の身体づくりにも最適。一緒にいかがですか?

日時：毎週水曜日 13:30～15:00
場所：南郷コミセン 2階ホール
指導者：添田美晴

赤間病院で介護予防教室を指導

南の郷クラブ会員募集

【その他の教室】

太極拳、卓球、ヨガ、バウンス、ストリートダンス、Jrバドミントン、Jrソフトテニス
月会費：大人(1教室) 2,000円
※2教室目から1,000円ずつ追加
子ども ストリートダンス 2,000円
Jrバドミントン 2,000円
Jrソフトテニス 3,000円

【申込み・問合せ】

南郷コミセン(野口・中原)
☎36-3465(17:00まで※月曜日休館日)