

福間小校区に住むみなさん一人ひとりが郷づくりの会員です

ふくま郷づくりの会ニュース



3月号 発行/ふくま郷づくりの会 会長 岡田和憲 問合せ/福間郷づくり交流センター ふくまりん
〒811-3219 福津市西福間 2-7-33 ☎72-1085 ✉sato-fukuma@cd.wakwak.com

てんとうむし(転倒無視)体操に出会ってからは、皆さんと一緒に運動はもろろん、自分ひとりでもできるマッサージなどを生活の中に取り入れて、ギックリ腰予防、膝痛予防、眼精疲労や肩こり、偏頭痛の予防など助かっています。
高齢者だけではなく、若い世代の方にもぜひ参加してもらいたいです。
(地域福祉部会長 矢野初美)

足や腰の筋力を保つ事で転倒を予防し、健康寿命の延伸を目的に行っているてんとうむし(転倒無視)体操。
現在、下の6箇所で開催中の「ふくま郷づくりの会」のてんとうむし体操は、どなたでも参加できます。
一緒に「転倒無視(てんとうむし)」しませんか。

【参加費】200円
【持参品】飲料水、古タオル
【その他】①花見公民館と大和町公民館は駐車場がありません。
②感染症対策のため、参加人数を制限させていただきます。詳しくは問合せください。



参加者の皆さんの声

続けることでひざの痛みがなくなりました

 福間会館 第1・第3水曜日 14:00~15:00 ☎090-9076-2827 (藤村) ☎090-1875-7670 (廣渡)	 大和町公民館 第1月曜日 10:30~11:30 ☎090-3198-5010 (春日)	 本町公民館 第2水曜日 14:00~15:00 ☎090-5722-2838 (谷岡)
 西福間公民館 第3火曜日 10:30~11:30 ☎090-9076-2827 (藤村)	 昭和公民館 第4金曜日 10:00~11:00 ☎090-5924-9644 (板鳥)	 花見公民館 毎週水曜日 9:30~10:30、11:00~12:00 ☎090-7391-4033 (江野)

「てんとうむし体操は、とにかく簡単に楽しい! どなたでも行える体操です。」

私が郷づくりのてんとうむし体操を担当させていただき、10年以上経ちます。参加者の皆さんが、ご自宅でも体操をコツコツ続けてくださることで、体力維持に繋がっていると感じています。

是非、一緒にお近くの公民館で、身体を動かし、心あたたまるひと時を過ごしましょう。

講師
健康運動指導士
白石 温子さん



※参加者の皆さんの声は、個人の感想であり、効果には個人差があります。※日程等が変更になる場合があります。巻末のカレンダー等でご確認ください。



【カレンダー問合せ先】

- 郷づくり**
- 企画運営委員会 13:30~ 福間中学校会議室 ☎72-1085
 - てんとうむし体操
 - ・花見公民館 9:30~10:30/11:00~12:00 ☎江野 (090-7391-4033)
 - ・福間会館 14:00~15:00 ☎広渡 (090-1875-7670)
 - ・本町区公民館 14:00~15:00 ☎谷岡 (090-5722-2838)
 - ・大和町公民館 10:30~11:30 ☎春日 (090-3198-5010)
 - ・西福間1公民館 10:30~11:30 ☎藤村 (090-9076-2827)
 - ・昭和三公民館 10:00~11:00 ☎板鳥 (090-5924-9644)
 - 子育てサロンわくわくひろば 10:00~12:00 ふくまりん ☎山口 (090-6635-5396)
 - 子育てサロンはなみ 10:00~12:00 花見公民館 ☎福島 (43-2137)
 - プレーパーク 10:00~17:00 昭和公園 ☎佐伯 (090-5080-3581)
 - 不登校から育ちを考えるひなぎの会 ひなぎ café 13:00~15:00 ふくまりん ☎大石 (090-8399-0656)
 - ふくつ親と支援者の会ハッピークローバー こもれびすぽっと 13:30~15:30 ふくまりん ☎西元 (090-7459-8222)
 - 西福間地区松林植樹祭 9:00~10:00 西福間4丁目松林 ☎廣渡 (090-9798-5829)
 - 海岸松林保全活動(花見) 9:00~10:00 花見が浜松林 ☎平木 (090-4999-6393) 青谷 (090-1873-1960)
 - 安全安心部会会議 19:00~20:00 ふくまりん ☎宮田 (090-3011-4288)
 - 広報部会会議 19:30~21:00 ふくまりん ☎72-1085
 - 防災施設「かまどベンチ」を使ってみよう! 11:00~13:00 西福間1号公園 ☎72-1085

WEBサイト
<https://wagamachi.city.fukutsu.lg.jp/fukuma/>

中学校
●地域連携主任(木原) 42-1124 *完全下校 18:30

WEBサイト
<https://www.city-fukutsu.ed.jp/fukuma-j/>

	郷づくり・自治会の行事	中学校行事	小学校行事	下校時刻					
				1年	2年	3年	4年	5年	6年
1 金			委員会活動	4	5	5	5	6	6
2 土	西福間地区松林植樹祭 防災施設「かまどベンチ」を使ってみよう ひなぎの会 ひなぎcafé	福まねきボランティア活動 (西福間地区植樹祭)							
3 日	プレーパーク								
4 月	てんとうむし体操(大和) 子育てサロンわくわくひろば			5	5	5	5	5	5
5 火	広報部会	県立高校一般入試		5	5	6	6	6	6
6 水	てんとうむし体操(花見・福間)	県立高校一般入試(個性重視の特別試験)	職員研修 下校13:20	4	4	4	4	4	4
7 木				5	5	6	6	6	6
8 金		第77回卒業証書授与式		4	5	5	6	6	6
9 土	事務局会議								
10 日	プレーパーク ハッピークローバーこもれびすぽっと								
11 月				5	5	5	5	5	5
12 火		6年給食修了		5	5	6	6	6	6
13 水	てんとうむし体操(花見・本町)		6年修了式 卒業式準備 下校1~4年13:20、5年14:50	4	4	4	4	5	3
14 木	子育てサロンわくわくひろば		卒業式 下校11:15頃					3	3
15 金	ミニバス説明会	第5回学校運営協議会		4	5	5	6	6	
16 土	企画運営委員会	2年生トーク・フォークダンス (2年生のみ登校日)							
17 日	プレーパーク 本町区総会								
18 月	子育てサロンわくわくひろば			5	5	5	5	5	5
19 火		専門委員会	給食終了、大掃除	5	5	5	5	5	5
20 水	春分の日 てんとうむし体操(花見) 安全安心部会会議								
21 木	子育てサロンはなみ	大掃除	下校11:45	3	3	3	3	3	3
22 金	てんとうむし体操(昭和)	修了式	修了式、離任式、下校11:45	3	3	3	3	3	3
23 土	海岸松林保全活動(花見)	福まねきボランティア活動 (花見の里地区松林清掃)							
24 日	プレーパーク 昭和三公民館								
25 月									
26 火									
27 水	てんとうむし体操(花見)								
28 木									
29 金									
30 土									
31 日									

* 予定は変更の可能性があります

小学校
●主幹(古賀) 42-0073
* 下校時刻 3=11:45 頃 4=14:05 頃
5=14:50 頃 (水曜 14:35 頃)
6=15:40 頃 (水曜 15:20 頃)

WEBサイト
<http://www.city-fukutsu.ed.jp/fukuma-e/>





「第19回福津市成人祝賀駅伝競走大会」

1月7日、福間小校区から8チームが出場し、健脚を競いました。



昭和区

目標の6位入賞に区民の皆さん大喜び。ほっとしました。



SPK (西福間5区)

7位で入賞逃しましたが、躍進賞をいただきました!



大和I区

選手一丸で頑張り、好成績を残せました!



緑町

連続入賞を逃し残念。



花見-A

残念ですが、1チーム参戦。伝統復活へ決意新た!



大和二区

学生、社会人、女性ランナーとバラエティ豊かな陣容でした。

皆さん、真剣に受け止めていました。
(環境景観部会長 平木俊敬)

とても寒い『成人の日』でした。恒例の「松林保全の安全研修会」を、西福間の松林で行いました。

昨年に続き、チェインソーの実務研修。講師の小山元さんは、「これはスポーツです。体力とルールが求められる」と言います。いい加減に操作すると、大けがをするとの指摘です。



松林保全活動の「安全研修会」を行いました

募金箱を設置して、義援金を受け付けます。
(安全安心部会 宮木裕子)

当日は、能登半島地震で被災された方を支援するための募金箱を設置して、義援金を受け付けます。



かまどベンチって知っていますか?
災害時にかまどとして炊き出し等に使用することができるとのことです。市内には、今回の会場となる西福間1号公園、福間中学校などに設置されています。でも、利用の仕方を知らないというときにも使えないかもしれません。

そこで、安全安心部会では、福津市の許可を得て、使用訓練



防災施設「かまどベンチ」を使ってみよう!

情報募集中!

西郷川の氾濫

今から71年前の6月28日、福岡県北部一帯に降り続いた大雨により、各地で水害が発生し、西郷川も氾濫しました。そして多くの橋が流失したことを覚えています。



その傷跡は形も残っていないと思っていましたが、去年11月のある日、おそらくこの水害で流失したと思われる「旭橋」と彫り込まれた「親柱」(橋の入り口にある4本の柱)が、ふくまりん近くのお宅で見つかりました。

このことに関して、何か情報や当時の写真、思い出などをお持ちの方がおられたら、ぜひご一報をお待ちしています。
(事務局長 廣渡策生)

連絡先 ふくまりん ☎72・1085 9:00~17:00(平日のみ)

~カップ麺だよ!全員集合!!~

日時 令和6年3月2日(土)
11:00~13:00(小雨決行)

会場 西福間1号公園
(福津市西福間5丁目21)
西福間5区公民館となり

持ってくるもの 好きなカップ麺・お箸・ごみ袋(持ち帰り用)

問合せ ふくまりん ☎72・1085
9:00~17:00(平日のみ)



注1:ゴミは持ち帰りをお願いします。
注2:駐車場はありません。徒歩でお越しください。
注3:中止の場合は、「ふくま郷づくりの会」のホームページでお知らせします。

NEWS

感染症対策を行いながら、郷づくりの会の各部会や自治会、小地域福祉会、子ども会などが活動しています。



緑町区・南町区
福間浦の玉せり



花見3・4区福祉会
地域児童とのクリスマス交流会



本町区福祉会
ほっとサロン



西福間1福祉会
ギターアンサンブル



西福間5区子ども会
クリスマス会



花見1区子ども会
クリスマス会



みどり子ども会
クリスマス会



西福間1子ども会
昭和区子ども会と合同でクリスマス会