

# 河東 ふれあい



143号  
発行元  
河東地区コミュニティ運営協議会  
広報委員会  
TEL:35-1837 FAX:35-1864  
http://katou-cc.com/



## 出前授業 昔の暮らし



蓑傘を付けた児童

毎年の行事で、1月31日(水)河東西小、2月7日(水)河東小において昔の衣・食・住に関する道具を軽トラック3台分持ち込んで授業を行いました。当日は共に小雨でしたが、倉庫を新しくコミセン内に設置して頂き道具の出し入れがスムーズに出来、助かりました。  
今年インフルエンザの流行で日程の変更や、学級閉鎖で参加できないクラスもあり残念でした。

授業では、道具がどのように作られ使われたかの説明をしました。子ども達は熱心に聞き、手で触れ、身に着け、興味を持ち、如何に便利になったかを学ぶきっかけになればと思いました。  
お礼の挨拶では児童の代表者が二人、感謝のことばとともに「また来てください」と一言あり、嬉しくて拍手をしてしまいました。  
(歴史研究会 H.S)



## ヘルス推進員健康教室 太極拳と気功



2月8日(木)、コミセンホールで「太極拳と気功」の健康教室を開催しました。  
身体に負担の少ないストレッチを30分ほど行った後は、ポカポカと準備万端。  
ゆっくりとした動きの中に、体幹をしっかりトレーニングできる要素が含まれています。単純な動きも一人ひとりが自分のペースで出来るよう、丁寧にアドバイスを頂きました。時間を忘れて皆さん楽しく行っていました。最後は気功で身体を整え、心身共にすっきり!!  
健康教室は、河東地区にお住まいの方はどなたでも参加出来ます。皆さん、奮ってご参加ください。  
(ヘルス推進員 吉武順子)



## すくすくコンサート

子育て中の保護者の方や未就園児のおさまにも生の音楽を…との思いで実施している「すくすくコンサート」を、2月15日(木)に開催しました。  
出演者はフルートの中西久美さんとピアノの岡直美さん。クラシックからディズニーなど楽しい曲目のほかに中西さん・岡さんによる楽しいトークで、会場が大変盛り上がるコンサートとなりました。  
今後も各地で「すくすくコンサート」を開催していきます。皆さまのお申込みをお待ちしております。  
(宗像ユリックス)



### 来場者のご意見・感想

- ・4月から保育園が決まり、参加できなくなってしまいますが、癒しになり音楽を子どもに聞かせることができ、とても嬉しかったです。ありがとうございました。
- ・とても感動しました！ たくさんの子どもたちの姿にも癒されました♡

## 健康福祉部会研修

健康福祉部会では、2月18日(日)に二つのルック講座をコミセンホールで開催しました。  
①環境課によるリサイクル講座  
②中川茂さんによる「歌って笑って老い払い」講座

第一部では、フードドライブや洋服のかえっこ等、宗像市の新しい取り組みが紹介されました。コンポスト資材の補助金も拡充されているそうです。  
会場からの質問意見もたくさん出ました。ペットボトルと空缶は、資源として機械で固めて形を作るので、潰さないようにしてほしい。処分してしまうにはもったいない不用品は、リサイクルショップに持ち込んでほしいなど、循環型のごみリサイクルに向けた宗像市職員の熱心な姿勢を感じました。

第二部の講師中川茂さんは、新聞社退職後にピアノを学ばれ、コード奏法で歌の伴奏をされました。いくつになっても好奇心を持って新しいことに挑戦し、色んな活動に参加し、健康寿命を延ばしましょうと話されました。  
部会員12人、一般参加者55人。部会員みんなで取り組む初めてのイベントは大成功でした。  
(健康福祉部会 水島直子)



環境課 瀧口さん



講師 中川茂さん

## 春のアサギマダラと飼育小屋

今年も4月中旬から5月初旬まで、コミセン玄関前に飼育小屋を置きます。中の植物は、幼虫が食べるキジョランです。葉裏には、成長した色鮮やかな緑色のサナギがぶら下がっていて、じっと蝶になるその時を待っています。とても美しいですよ。ぜひ、のぞいてみてください。

春には日本列島を北上するアサギマダラですが、宗像には5月に立ち寄ります。秋のフジバカマはよく知られていますが、春はスイゼンジナや海岸線に咲くスナビキソウの花の蜜を好んで吸います。そうして力を蓄えたアサギマダラは、また北へと旅立っていきます。  
(アサギマダラクラブ)



飼育小屋



サナギ



スイゼンジナ



スナビキソウ