



新春のお慶び申し上げます。日頃より当協議会の事業運営などのご協力に感謝申し上げます。
さて、約4年間 世間を騒がせた新型コロナウイルス感染症は感染症法上第5類に移行し、
先の見通しが見えてきました。

このような状況下で「いせきんぐ宗像」を中心に「げんきフェスタ東郷2023」などの事業を行い、
盛会に開催することができました。

ひとえに 地域、協議会役員の方々のご協力の賜物と感謝いたします。
本年度が皆様方にとって、良い年になりますよう 役員一同祈念申し上げます。



東郷地区コミュニティ運営協議会
会長 西山 隆

祝 運営協議会発足20周年

「東郷地区コミュニティ運営協議会」は平成15(2003)年に発足し、
おかげさまで 昨年11月に 発足20周年を迎える事ができました。
つきましては、1月21日に「20周年記念式典」を ささやかではありますが
歴代会長をはじめ、今年度の役員・部会員の方々との 親睦と労いを兼ねて
開催することになりました。
今後も 更なるコミュニティ活動へのご協力をお願いいたします。

※ ※ 祈念式典の様子は、3月号に掲載予定です ※ ※

※ コロナ禍前に開催していた「新春のつどい」は なくなりました 今回の記念式典とは異なります



ホームページ



Facebook



Instagram

Dec.10 東郷・南郷地区親善囲碁大会



南郷地区との交流試合 今年で2回目

昨年、初回を東郷コミセンで開催しましたので、今年は南郷コミセンにお邪魔しました。
東郷地区7人 vs 南郷地区7人のトーナメント戦で、静かに熱戦が繰り広げられていました。
優勝は南郷地区の方でした。みなさん、お疲れ様でした。

南郷地区のみなさん
お世話になりました



Dec.9 コミセン大掃除



みんなが使ったテーブルやホワイトボードも、季節問わずに頑張った扇風機も、
部会員さん達が手伝ってくれて きれいになりました ✨ ご協力ありがとうございました。



Dec.6 福祉委員研修会

令和2年～4年は新型コロナウイルス感染予防のため、福祉委員
研修会を中止していました。 今年度は12月6日(水)22人の参加
で、午前は「福岡市介護実習普及センター」へ行き、高齢者疑似
体験をしてきました。耳が遠くなる、目が見えづらくなる、足腰が
弱くなるなど、お年寄りの気持ちが実感できる
体験をしてきました。



見えにくい眼鏡をかけ
関節には曇り...で
これは大変

午後は、「福岡市民防災センター」へ行き、
火災発生時のVR体験・煙からの避難体験・
消火体験・震度7の地震体験をしてきました。
日頃から自分の地域を把握することの
大切さ、それぞれの体力に合わせた避難経路の
確認など、日頃から備えておくことが大切だと
感じました。

福祉会 力丸 清和

Nov.19 ソフトバレーボール 地域交流大会

11月19日(日)にソフトバレーボールの地域交流
大会に参加しました。バレーボールよりも軽く柔ら
かいボールで、楽しくプレイすることができました！
結果は、メンズの部で3位、レディースフリーの部
で準優勝でした!!
来年もまた頑張ります！一緒にソフトバレー
ボールをしたい方募集してますのでよろしくお願
いします。

平井 村田 美保



自主講座

初心者のためのスマホ教室②

スマホの基本的な使い方（アプリや地図の使い方など）を学ぶ講座です。スマホをお持ちでない方には貸出もできます。前回の①を受けていなくても受講可能です。

日時：1月26日（金）10:00～12:30
場所：東郷コミセン 大会議室
講師：相良 俊夫さん
（株式会社ティーガイヤ）
定員：12人 / 受講料：無料
持参品：スマートフォン・筆記用具



namagome 生米パン教室

米粉ではなく、お家にある生のお米で《ふわふわでモチモチ》の美味しいパンが作れることをご存知ですか？

今回は型を使わずに手軽にフライパンで焼く作り方をお伝えします。小麦粉・卵・乳製品を使用せずグルテンフリーのカラダにやさしいパンですよ～



炊いたご飯？ いいえ！炊く前の“生米”を使います。

日時：1月30日（火） 13:30～15:30
場所：東郷コミセン 調理室・和室
講師：吉田 佐織さん（生米パン認定インストラクター）
定員：5人
受講料：2,400円（材料費・お得なレシピ付き）
持参品：エプロン・三角巾・ふきん・マスク・筆記用具
丸形フライパン（15～18cm・カセットコンロで使用）

【 ご注意 】

※ 申し込みは、1月6日（土）9:00から、東郷コミセンへ受講者ご本人がお願いします。定員になり次第、受付終了とします。
（東郷地区にお住まいの方優先・宗像市在住または宗像市勤務の方に限る）
※ 託児（7ヶ月～就学前まで）は予約が必要です。お申し込みの際にお伝えください。（託児料：無料・締切は開催日1週間前まで）

3月には「特別号」アップ
生徒募集の一覧も発行します
新年度から東郷コミセンで習い事を始めてみませんか？

スマホドクター 宗像日の里出張所 主催

スマホお悩み相談所

「スマホのお困り事、ご相談ください！」
スマホ操作、LINE、設定、など…お悩み解決！

【参加費】：500円
【定員人数】：先着10名様まで（※要電話申込）
【日時】：1月23日（火） 10:00～11:30
【場所】：東郷コミセンにて
【持ってくるもの】
スマホ、筆記用具、メモ（紙、ノート等）

お申込み・お問合せ先 ☎ 0120-304-148
株式会社大塚企画 通信事業部 スマホドクター
宗像 日の里出張所 大塚直人

いしはたけだより に関する情報

いせきんぐでは 花畑と麦畑が見られますよ



あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願いいたします

11月、畑に麦の種まきをしたものです。寒い中すくすくと育っています。5月下旬頃の刈り取りまで、子ども達は麦踏みや草取りなどの面倒を見ていきます。みんなで見守りましょう。

花畑は東郷コミセンのまちづくり部会の方々と村っ子づくり（寺子屋）の子ども達との共同作業で、約800本の花の苗を植えました。パンジーやピオラ、葉ぼたん、きんせん花など、遊びがてら見に来られませんか。お待ちしております。

田熊石畑遺跡村づくりの会 村長 山田 久

復習

愛称 いせきんぐ宗像

正式名称 国史跡田熊石畑遺跡歴史公園

読み方 たぐま いしはたけ いせき

みなさんに 愛称でお馴染みとなりました いせきんぐですが最近 “け” 抜け事件が発生しています(笑) ご注意ください

東郷っ子のみんなは！ みんな注目！

け わすれないこと！

青 どんど焼き

日時：1月13日（土） ※少雨決行

- ◆ しめ縄 持ち込み時間 9:00～10:00
 - ◆ 神事 10:00～
 - ◆ 先着400食 ふるまい
 - ◆ 先着200人 ゲーム
- 神事終了後

会場：東郷小 グラウンド

ふるまいも ゲームも 先着順！

…だけど なかよく食べて 遊んでね～

ふるまいは きなこもちと ぜんざいの予定です

健 地域料理教室

簡単に 本格的な 「おもてなし料理」を作ってみよう！

日時：2月3日（土）
受付9:15～/9:30～13:00
場所：東郷コミセン 調理室・和室
指導：食生活改善推進会 東郷支部
対象：お料理に興味のある東郷地区の方
定員：12人
受講料：材料費として300円
持参品：エプロン・三角巾・マスク
申込：東郷コミセン
Tel 0940-36-7711
※1月26日（金）までに 事前申込必要

主催：健康福祉部会・食生活改善推進会東郷支部

- Menu
- ◆ ひじきとにんじんの混ぜご飯
 - ◆ サバのムニエル ラビゴットソースかけ
 - ◆ きのことほうれん草のミルクスープ
 - ◆ かぼちゃ団子ぜんざい

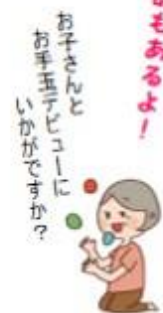


若男女関係なく参加できますよ！

健 五目お手玉大会

寒い冬の日、五目お手玉で心も体も温まりましょう。お手玉を使った簡単なゲーム《五目並べ》で大会を開催します。

日時：2月4日（日）
受付13:15/13:30～15:30
場所：東郷コミセン 多目的ホール
指導：東郷地区スポーツ推進委員
対象：年齢制限なし
申込：東郷コミセン
Tel 0940-36-7711
※1月26日（金）までに 事前申込必要
持参品：動きやすい服装・室内用運動靴
タオル・飲料水
主催：東郷地区ヘルス推進員会



賞品もあるよ！
お子さんとお手玉デビューにいかがですか？

公 韓国文化旅行

～男女参画推進講座～

オソオセヨ！一緒に韓国文化旅行をしましょう！

日時：2月18日（日）受付13:45
14:00～15:30
場所：東郷コミセン 多目的ホール
講師：ユン・ソミンさん
対象：韓国に興味のある人
申込：東郷コミセン
Tel 0940-36-7711
※人数把握のため 事前申込必要

持参品：特になし
主催：公民館活動部会



1977年 済州島生まれ
夫と高校2年生の娘と
中学1年生の息子とソウルで
4人暮らし
現在 江南で夫と塾を営む
学生たちを教えている

1月の予定表	
1	月
2	火
3	水
4	木
5	金
6	土
7	日
8	月
9	火
10	水
11	木
12	金
13	土
14	日
15	月
16	火
17	水
18	木
19	金
20	土
21	日
22	月
23	火
24	水
25	木
26	金
27	土
28	日
29	月
30	火
31	水
2/1	木
2	金
3	土
4	日
5	月
6	火
7	水

休館日 1/1～3 ごみお休み

1/13 どんど焼き (10:00～東郷小運動場)

1/16 子育てサロン「あひるクラブ」 (10:00～11:30) ※来就園児親子対象 ※要予約 (毎月5日9:00～受付)

1/17 健康マージャン (10:00～12:00)

1/19 健康福祉部会 (13:30～)

1/20 子育てサロン (10:00～)

1/21 運営協議会発足20周年記念式典

1/22 休館日

1/23 まちづくり部会 (18:00～)

1/24 やよい東郷 (10:30～)

1/26 【自主講座】初心者のためのスマホ教室② (10:00～12:30)

1/27 地域料理教室 (受付9:15～/9:30～13:00)

1/28 五目お手玉教室 (受付13:15～/13:30～15:30)

1/29 休館日

1/30 健康マージャン (10:00～12:00)

1/31 健康マージャン (10:00～12:00)

2/1 健康マージャン (10:00～12:00)

2/2 健康マージャン (10:00～12:00)

2/3 健康マージャン (10:00～12:00)

田熊石畑遺跡「いせきんぐ宗像」での行事 (TEL 0940-37-0182)

- ノルディック・ウォーキング教室 毎週月曜日 (10:00～11:30)
- 村っ子づくりいせきんぐ 毎週火・木曜日 (15:30～17:00)
- 「いせきんぐ宗像」放課後プレーパーク 第2週火曜日 (15:30～17:00)
- やよい東郷 「ラジオ体操」 第2・4週日曜日 (9:00～いせきんぐ多目的広場)
- やよい東郷 「ラジオ体操」 第1・3週日曜日 (9:00～東郷コミセン児童広場)