

花見総区の避難訓練



11月7日に実施された福津市一斉防災訓練の日、花見総区では花見保育所と連携した園児との避難訓練などを行いました。住民のかた全員を対象にしたこの訓練で、集合場所の福間中学校には総勢700人も人が集まりました。地域の人たちは、園児の避難誘導をしたり、体の不自由な人を車いすで運んだり、各区の連携がともうまく行っていました。皆さんが責任を持って、毎年事故なく訓練を続けていきたいものです。

【徳永孝志さん】

未来の看護師を目指して



11月6日、宗像看護専門学校で戴帽式が行われました。戴帽式は、看護の基礎などを学び、初めての病院実習に臨む看護学生にナースキヤップが与えられる儀式です。看護の道に進むという決意を新たにする区切りとして行われます。「看護の必要性はますます高まっています。専門知識と技術、社会人としての知識を身につけ、質の高い看護師になってください」と校長式辞が述べられ、学生たちは厳かな雰囲気の中、りりしい表情で式に臨んでいました。

【山本武利さん】

シルバー人材センターの包丁研ぎ



10月30日から11月1日までカメラアホールで市民文化祭が行われ、シルバー人材センターによる包丁研ぎがありました。初日は百人ほどの依頼があり、使い込んで変形してしまった包丁などさまざまな刃物が持ち込まれていました。シルバー人材センターのかたがたは、日頃の剪定作業などで刃物の手入れは慣れた手つきで、研ぎ手や切れ味の検査などの作業をしていました。受け取りに来た人は皆さん笑顔で、「次はいつありますかと尋ねている人もいて、好評な様子でした。」

【福崎信一さん】

「いい夫婦の日」なごみライブ



津屋崎千軒なごみで「なごみライブ1122」が行われました。11月22日の「いい夫婦の日」に合わせて、夫婦や恋人など二人で来場したかたにプレゼントが贈られていました。女性コーラスやマンダリンの演奏などのハーモニーやコーラスが絡み合った美しい旋律に、来場者は耳を傾けていました。また、ショートトークや観光ボランティアによる観光案内の寸劇、最後には津屋崎祇園山笠の一本締めなどがあり、楽しい時間を過ごしていました。

【有吉敏高さん】



寒さが厳しい時期になってきました。空気が乾燥し、風邪を引きやすい時期でもあります。帰宅時のうがい、手洗いを心がけることに加え、食事の面でも風邪を予防する工夫をしましょう。今月は、風邪の予防に効果的な食品、栄養素を紹介します。主食、主菜、副菜を取り揃え、風邪予防に役立つ食品もプラスしましょう。

食事をしっかり、風邪を引かない体づくり

○ビタミンA

ウイルスの侵入口である喉や鼻の粘膜を保護する働きがあります。

お勧め食材：レバー、ウナギ、人参、春菊、ほうれん草

○ビタミンC

免疫力を高めてくれます。

お勧め食材：ブロッコリー、キャベツ、じゃが芋、みかん、キウイフルーツ

○ビタミンE

血行を良くし、冷えを予防してくれます。

お勧め食材：モロヘイヤ、ウナギ、アーモンド、ツナ缶（油漬）

○タンパク質
寒さで消耗した体力を回復させます。

多く含む食材：肉、魚、卵、大豆製品など

みんなで食育



毎月19日は「食育の日」です

福津市いきいき健康課
(ふくとびあ)
☎34・3351
メール
fukutopia@city.fukutsu.lg.jp



▲地域みんなで松林を守っています

津屋崎地域郷づくり推進協議会では、環境景観部会が中心となり、白砂青松の景観を目標として海岸松林（保安林）の保全活動を行っています。協議会が発足した平成19年当時、松林は雑草が生い茂り、ごみの不法投棄も目立つほど荒廃していました。そこで現在、定期的に草刈りや倒木の

現在、松林は小学生の体験学習の場として活用されるほか、森林浴やウォーキング、写真撮影のために多くの人が訪れています。きれいになった津屋崎の松林に、足を運んでみませんか。

※現在、松林の保全活動を担うボランティアを募集しています。詳しくは「郷づくりホームページ」を御覧ください。
(津屋崎地域郷づくり推進協議会)



「郷づくり」とは？
市内をおおむね小学校区単位で八つの地域に分け、地域の住民や団体が、課題解決や魅力ある地域にするために活動しています。

福津市郷づくり支援課
(津屋崎庁舎)
☎52・4913
メール sato@city.fukutsu.lg.jp
郷づくりホームページ
http://wagamachi.city.fukutsu.lg.jp

津屋崎郷づくりの紹介「松林の保全活動」

除去などの整備を行っています。また、魅力ある松林を将来に引き継ぐために、松苗の植樹祭を行っています。

今年の植樹祭では、地域の小・中学生が看板を作成し設置するなど、若い世代の松林保全への意識が着実に高まっています。