

子どもたちを見守っています



各地域でよく見かける青色回転灯のパトロールカー。これは「福津市青少年指導委員会」による子どもの安心、安全のための活動です。委員会には約140人が所属しており、活動は主に声かけや有害図書回収、見回りなどです。初の女性会長として活躍する佐藤真弓さんは、子どもたちのつながりを大切にしており、「以前は目も合わせなかった子が、笑顔で挨拶してくれるようになり、その成長が嬉しい」と、目を細めながら語っていました。

【櫻井紀子さん】

福間海岸夕陽コンサート



福間海岸「ビーチハウス」で、8月1日夕方、今年3回目の夕陽コンサートが行われました。演奏者は「宮司バンド」で、メンバーは30歳代から68歳までの市民で構成されています。昔懐かしいベンチャーズの曲を中心に、熱の入った演奏を披露してくれました。観客の皆さんは、青春時代に戻ったような様子で演奏に聴き入っていました。波の音を聞きながら海に沈む夕日を眺め、会場はゆつくりとした時間が流れていました。

【有吉敏高さん】

若木台夏祭り



8月1日、神興東小学校のグラウンドで第38回若木台夏祭りが行われました。昨年は台風で中止になりましたが、今年は晴天で子どもたちも楽しんでいました。祭りはやぐら太鼓の演奏が始まり、大きな拍手が送られていました。さまざまな出店があり、かき氷や焼きそばは行列ができるほどの人気でした。また、〇×クイズや小学4年生によるよさこいソーラン節、フォークダンスや盆踊りなどがあり、祭りはとても盛り上がりつつありました。

【西ノ原ゆき子さん】

夏休みの魚釣り



福間海浜公園の東北先端の釣り場に行きました。朝の5時から釣り始め、アジ38匹の収穫がありました。また、この釣り場は、休日などは家族連れでにぎわっています。福岡市東区からキャンプを兼ねて釣りに来ている家族に会いました。親子がいっしょに釣りをしており、お母さんが餌を付けた釣竿を4歳の男の子に渡すと、上手にリールを操りキスを釣り上げていました。釣り場には楽しい光景がいっぱいでした。

【山本武利さん】

Smart Walk 毎日10分の運動を+	Smart Eat 1日あと70gの野菜を+
Smart Breath 家族でタバコの煙を-	Smart Check 健診・検診健康チェックで+

健康寿命をのばそう!
Smart Life Project

▲スマート・ライフ・プロジェクト
<http://www.smartlife.go.jp>

みのも一つが「野菜の摂取量の増加」です。調査によると、日本人の一日の野菜の摂取量は平均280gです。しかし、生活習慣病予防の観点からは、350gが推奨されている摂取量です。つまり、あと70g野菜を摂取する必要があります。野菜70gは、トマトなら半分、野菜炒めなら半皿分程ですので難しい量ではありません。野菜が摂りやすいのはメニューが豊富な夕食ですが、朝食や昼食にもプラスするのがお勧めです。サラダなどの生野菜だけでなく、スープや煮物などの温野菜だと食べやすくなります。例えば、朝食をおにぎり（おにぎらずもお勧めです）と野菜の具を入れた味噌汁にするなど、いつもの食事に野菜を皿プラスしてみませんか。

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.la.jp

9月は食生活改善普及運動月間です

毎年9月、食生活改善の普及を国や地方自治体、関係団体が進めています。今回は、厚生労働省が進めるスマート・ライフ・プロジェクトから、「毎日プラス一皿の野菜」の取り組みについて紹介します。スマート・ライフ・プロジェクトとは、「健康寿命をのばしましょう」をスローガンに、国民全体が健康的に毎日を送れることを目標とした運動です。ここで推奨されている取り組み

郷づくり

みんなの力で

「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>

宝くじの助成金で整備しました

一般財団法人自治総合センターは、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的として、宝くじの社会貢献広報事業を実施しています。その一つが宝くじの受託事業収入を財源としたコミュニティ助成事業です。今回、この助成事業を活用して津屋崎地域郷づくり推進協議会が、印刷機やプロジェクターなどの事務機器をはじめ、子育てサロン向けの柔らかい大型ブロックやマット類、学習玩具を整備しました。各種用具が充実した津屋崎郷づくりの活動にぜひ参加ください。

津屋崎郷づくり交流センターには、1階に事務室と地域の情報コーナー、2階に貸会議室があり、郷づくりや自治会などの活動に活用されています。ぜひ、交流センターにお越しください。

津屋崎郷づくり交流センターは、地域活動の拠点、幅広い世代の交流の場として、現在津屋崎、福間、福間南の3地域に整備されています。

津屋崎郷づくり交流センターには、1階に事務室と地域の情報コーナー、2階に貸会議室があり、郷づくりや自治会などの活動に活用されています。ぜひ、交流センターにお越しください。

津屋崎郷づくり交流センター
住所 津屋崎3・19・14
問い合わせ ☎52・1553