

広

シニアTRYアスロン

3つの競技に挑戦して、自分の健康を知ろう！

コミセンわじろでは、9月18日(月・祝)の敬老の日に、「シニア“TRY”アスロン」を開催します。「体(体力チェック)・「頭(脳トレ)」・「心(コミュニケーション)」の3つの競技にチャレンジしていただき、楽しく体を動かし、健康について考えるイベントです。対象は65歳以上ですが、年齢問わずどなたでもご参加いただけます。

競技の他にも、**血圧測定や骨密度測定、体組成計の測定など、今の自分の体について知ることができるブースもご用意**しています。福岡和白病院の看護師と管理栄養士による「心不全予防講座」や「食品に関する講座」の開催や、コミセンわじろスポーツ指導員による「健康体操」を実施します。参加費は無料！来ていただいた皆さんには、コミセンわじろオリジナルの手拭いをプレゼントします。お一人で、お友だちとご一緒に、ご夫婦で！ぜひコミセンわじろにお越しください。(※写真は前回の様子)

【日時】2023年9月18日(月・祝)9:30~12:30
【場所】コミセンわじろ3階 体育館
【参加費】無料(申込不要)
【お問合せ】☎092-608-8480



わじとび/コミセンわじろが広げたいトピック情報を紹介

接

市民ギャラリー

日頃の活動の発表の場

コミセンわじろには、作品などを展示できる「市民ギャラリー」があります。**普段のサークル活動で作成している作品の発表の場や、活動の紹介パネルの展示などにご利用いただけます。**サークルや団体だけでなく個人で作成している作品も展示することができます。

展示場所は、2階の会議室前の掲示板や階段下のスペース、エレベーター前など作品の大きさや数に合わせてお選びいただけます。作品の展示場所を探している方、作るだけで作品を披露したことがない方、まずはコミセンわじろで展示してみませんか？ご興味がある方は、スタッフまでお声かけください。

展示についてはコミセンわじろ側で内容についての審査があります。審査を通り次第の展示となります。ご了承ください。

【期間】1団体3週間 【時間】9:00~21:00(常駐不要)
【料金】無料 【お問合せ】☎092-608-8480



わじくみ/コミセンわじろが接点を生み出す取り組み

コミセンわじろ
WAJIRO Regional Community Center

〒811-0213 福岡県福岡市東区和白丘1丁目22-27
☎092-608-8480 FAX:092-608-8485

【開館時間】午前9時から午後9時まで(多目的ホールは午後10時まで)
【休館日】毎月最終月曜日(祝日のときは翌日)、及び年末年始(12/28~1/3)

より詳しい情報は、コミセンわじろ公式ホームページをご覧ください。

公式HP <https://wajiro.info>

facebookでも、コミセンわじろの日常を発信中！

facebook www.facebook.com/komisenwajiro



公式HP facebook



「残す景色」と「新しい景色」がかさなる情報誌 [ワジコ]
WAJICO

42

September.2023
Autumn

迫力のある穴場スポット

Nata Sand Dunes

Contents

わじろぐ 奈多砂丘の歴史と景色

わじおし ハマツツナ紅葉

わじかつ 三苦校区の防災の取り組み

わじとび シニア“TRY”アスロン

わじくみ 市民ギャラリー

東区では、三苦から志賀島にかけての海の中道は、「日本の白砂青松100選」に選ばれるほど、豊かな自然を残しています。その海岸に位置する奈多海岸周辺は、「奈多砂丘(雁の巣砂丘ともいわれる)」として地域の方に親しまれています。奈多砂丘へは、志式神社から遊歩道を通り、奈多海岸に向かいます。**海岸から志賀島方面に進むと、左側に奈多砂丘を一望できます。奈多砂丘は8mほどの高い崖があり、異国の地に迷い込んだような迫力のある世界が広がっています。**若者の間で映えスポットとして注目され、ウェディングフォトのスポットに選ぶ方も多ようです。ただ現在は、砂丘の崩落の危険性もあるので注意が必要です。

砂浜を進み、海の中道の中ほどに「奈多砂丘B遺跡」があります。日本の遺跡の多くは地中にありますが奈多砂丘B遺跡は、一部が地上に露出しており、現状のままで観察することのできるとても珍しい遺跡です。外海の玄界灘に面しているため、打ち寄せる波や吹き付ける強い風の影響を受け、遺跡を覆う砂が削られては堆積し、常に変



化を続けています。

奈多砂丘B遺跡からは、2万年前頃の旧石器や1800年前頃の土器などが見つかっています。遺跡周辺の海岸沿いを実際に歩いてみると、風や波の強さや激しさを感じることができます。海の中道は、当時どのような景観で、人々はどのような生活をしていたのでしょうか。

旧石器時代の遺跡周辺は、石器の出土状況から、一時的に訪れる狩りの場であった可能性が推測されています。

弥生時代の海岸線は現在よりも北側(現在は海中)にありました。人々は海岸に最も近い砂丘の裏側の、波風を避けられる場所に生活の拠点をおいていたことが、これまでの発掘調査からわかっています。

取材・撮影した際にお会いした地元の方にお話を伺いましたが、地元の人でも遺跡の存在を知らない人が多いそうです。地域の皆さんと専門家の方々の協力のもと、遺跡を間近で見ることができる形で保たれています。今後に残って欲しい地域の大切な資産です。

※土器を掘ったり、持って帰るなどの行為は法に触れる可能性がありますので、絶対にしないでください。

【提供】福岡市博物館
(一動く海の中道ー消えゆく遺跡ー)



土器？



福岡市博物館所蔵

ハママツナは、1年草で春に発芽して、秋に花が咲き実を結びます。河口部で海水が侵入する泥土上に生育し、1日に1回は満潮時に海水に浸る環境に群生します。海水の浸透圧の調節のために細胞に塩分を含むため、葉を噛むと塩辛いのが特徴です。

秋には、葉が赤橙色に紅葉し、青やグレーの濃淡などの



寒色が多い干潟では、貴重な紅色です。和白干潟では、海の広場から唐原川にかけての海岸線で見ることができ、紅葉は11月頃が見頃です。

モミジやカエデ、イチョウの紅葉もとても綺麗でたくさんオススメのスポットもありますが、ぜひ和白干潟の足元に咲く紅葉にも注目してみてください。



【写真提供】和白干潟を守る会

Q.どんな活動ですか？

三苦校区では、2年前から**小学校4～6年生に向けて、三苦浜中央公園で「児童防災キャンプ」を行っています。**児童防災キャンプでは、青少年育成連合会やPTA、校区防災推進委員会が協力し合って実施しています。

実際にテントを張り公園で一泊し、専用のビニール袋を使ってお米を炊くなど、周りと協力して過ごします。**キャンプを通じて、子どもたちが自分で考えて行動する力を身につけることを目的としています。**翌日は、校区全体で取り組む「避難訓練」に参加し、実際に小学校や公民館へ避難するなど、校区全体で防災に取り組んでいます。

Q.この活動ならではの魅力は？

三苦校区では、この「児童防災キャンプ」だけでなく、**年間通して、防災に触れてもらう機会を増やしています。**3年生の3学期に学校で防災についての授業を行い、4年生の夏に消防士を呼び防災のイベントを行います。防災に対する意識を高め、そのまま児童防災キャンプに参加



する仕組みを作っています。

対象が4年生なのは、4年生になると、家で1人でお留守番をする機会が多いから。**実際に家に1人いるときに災害があったらどう対応するか、ということ意識して伝えています。**災害時の対応は、事前に各家庭で避難場所や連絡手段などのルールを決めておくことが大事だと感じています。

Q.今後の活動を教えてください

前回の児童防災キャンプに参加した子で中学生になった子にも参加してもらい、縦の繋がりも今後作っていきたいと考えています。三苦校区の防災に取り組んだ子どもたちが将来的に、そのときの小学生に教えるなど、継続した取り組みにしていきたいことが今後の目標です。

《2023年の児童防災キャンプ》
【日時】2023年10月14日(土)・15日(日)
【場所】三苦浜中央公園 【参加費】500円
【定員】50名 ※参加は**三苦小学校4～6年生の児童のみ**
【お問合せ】☎092-606-4511(三苦公民館)