

お知らせ号

広報むなかた

# むなかた タウンプレス

宗像市公式ホームページ  
http://www.city.munakata.lg.jp/  
宗像市公式フェイスブック  
https://www.facebook.com/munakata.city  
メールアドレス  
koho@city.munakata.fukuoka.jp

発行:宗像市  
〒811-3492 福岡県宗像市東郷1-1-1  
代表:総務課  
☎0940-36-1121 FAX 0940-37-1242  
編集:秘書政策課広報・報道担当  
☎0940-36-1055 FAX 0940-37-1242

毎月1日・15日発行

減塩ワンポイントアドバイス

平成26年12月1日号

麺類の汁は残す

麺類は汁に塩分が多く含まれています。汁をできるだけ残すことで、かなり減塩できます。



■問い合わせ先 健康づくり課 ☎(36)1187

は、市広報紙以外の団体発行物です。

1~8・16~19	9	10	ユリックス・サラダ	11・12	13・14	15	18・19	19・20	20
お知らせ	農業委員会	エコパーク		社協だより	体協だより	市民学習ネットワーク	施設だより	市民	そうだん

入場無料



講師 鳥越 俊太郎

## 宗像市健康・医療講演会

健康や医療が分かる!!

# 鳥越流 ポジティブな人生の歩き方

2015年1月10日(土) 開場 13:30 開演 14:00~16:00  
宗像ユリックス・ハーモニーホール

\*当日11:00から整理券を配布。13:20に再度集まってください。事前申込不要

託児無料 (5カ月~6歳) 託児は12月26日(金)17:00までに事前申込必要

■託児申込・問い合わせ先 国保医療課国民健康保険係 ☎(36)1363

### 講師の紹介

1940年、福岡県吉井町(現うきは市)生まれ。京都大学文学部卒業後、毎日新聞社に入社し、1988年に「サンデー毎日」編集長に就任。1989年に退職後、テレビ朝日系列「ザ・スクープ」「サンデージャングル」でキャスターを務めるなど、テレビメディアで活動。

2005年、ステージ4の大腸がんが発覚し、肺や肝臓への転移を経て4度の手術を受ける。2010年からスポーツジムに通い始め、2012年にはホノルルマラソン完走を果たすなど健康的なライフスタイルを貫いている。現在もさまざまなメディアで「ニュースの職人」として活躍中。

健康や医療は、私たちの生活でとても重要です。健康・医療と向き合い、適正受診や健康づくりなどについて真剣に考える機会となるよう「宗像市健康・医療講演会」を開催します。

今回の講演会では、福岡県出身で、ジャーナリストとして著名な鳥越俊太郎さんを招き、人生を楽しくポジティブに生きる秘訣(ひけつ)を伝授してもらいます。

また、日本赤十字九州国際看護大学の岡村教授にコーディネーターを務めてもらい、日常生活で役に立つ健康づくり情報や、生活習慣病予防、医療費適正化に関する取り組みをテーマにした、パネルディスカッションを実施します。みなさんぜひ参加してください。

### 内容

- 第1部 講演「鳥越流ポジティブな人生の歩き方」
- 第2部 パネルディスカッション(敬称略)  
▽コーディネーター  
=岡村 純(日本赤十字九州国際看護大学教授)  
▽パネリスト  
=鳥越 俊太郎(ジャーナリスト)  
島村 隆二(宗像医師会理事)  
巖津(いわつ) 知也(河東小学校PTA会長)  
谷井 博美(宗像市長)
- \*ホワイエで保健師による健康相談と市内の障害者福祉施設による「まごころ市」(パンやクッキーなどを販売)を同時開催

## 年末年始のごみ休み



▽燃やすごみ  
平成27年1月1日(木・祝)~同3日(土)  
(大島地区を除く)

\*年末は休みなし

▽粗大ごみ  
12月27日(土)~平成27年1月4日(日)  
\*年内に粗大ごみの回収を希望する場合は、年末に向けて申し込みが多数あるため、希望に添えない場合があります。早めの申し込みを

▽不燃物埋立処理場、大島自己搬入  
12月27日(土)~平成27年1月4日(日)

▽資源物受入施設  
12月29日(月)~平成27年1月3日(土)

▽宗像清掃工場(自己搬入)  
12月29日(月)~平成27年1月3日(土)

\*年末は、とても混雑します。早めの利用を

■問い合わせ先 環境課 ☎(36)1421

### 市環境行動賞表彰対象者を募集

市から



- 応募要件 市内でおおむね5年以上対象となる活動を続けていて、環境保全行動に顕著な功績があった個人や事業者、団体、学校など
- \*自薦、他薦いずれも可
- 対象となる活動
  - ①地球温暖化防止活動(省エネルギー対策など)
  - ②自然環境保全活動(里山保全、植林、海岸保全など)
  - ③環境美化活動(ポロン全など)

- 市内にお住まいの方 ↓「暮らしと生活環境」 ↓「環境保全」 ↓「お知らせ」からダウンロード可
- 申込先 環境課
- 郵送 〒811-3492 住所不要
- 申込締切日必着
- 窓口
- 問い合わせ先 環境課 ☎(36)1421