

# かかりつけ薬局。薬剤師をもちましょよう

9～11月は  
健康応援薬局  
運動月間

宗像薬剤師会は、市民のみなさんの健康づくりの支援に力を入れています。処方せんを持っていない人も、気軽に、健康応援薬局を利用してください。

●問い合わせ先  
▽宗像薬剤師会

▽健康課 ☎(36) 7770  
☎(36) 1187

この「のほり」が目印です



**健康応援薬局**  
処方せんを持っていない人も気軽に来てください

- 健康づくりに関する相談の受付  
管理栄養士による栄養相談も実施  
\*対応していない薬局もあり。問い合わせを
- 健康づくりに関する情報の発信  
資料やパンフレットを準備しています
- 安全で適正な薬の使用に関してアドバイス  
健康食品やサプリメントの相談も受け付けます
- 健康チェックの実施  
認知症チェックを実施  
\*対応していない薬局もあり。問い合わせを



## うみんぐ大島 釣り大会

●日時 11月6日(日)  
▽受付 午前8時30分  
▽実施 同8時50分～午後3時30分  
\*行き(神湊午前7時40分発)、帰り(大島港午後4時20分発)の渡船の利用を。荒天中止  
●場所 うみんぐ大島  
●内容/参加料  
▽防波堤釣り  
①個人かグループ(4人まで)で、1人当たりの釣果重量を競う  
②チヌ、クロ、イカ、アラカブの魚種で、1匹の長さ(イカは重量)を個人で競う(魚種別に1人1匹まで) / 中学生以上

610円、小学生 300円、未就学児 無料  
▽船釣り 2タイプ、エビラバ釣り。マダイの最大長で競う / 小学生以上 5140円  
\*いずれも別途、渡船代必要  
●定員  
▽防波堤釣り 先着100人  
▽船釣り 先着40人  
●申込締切日 10月29日(土)  
●申込方法  
☎(72) 2361  
☎(72) 2370  
代表者の住所、氏名、電話番号②参加者全員の名前、年齢(学年)を明記して(うみんぐ大島あて)

## 若者の就業支援 家族セミナー

●日時 11月12日(土)  
▽開場 午後1時  
▽実施 同1時30分～同4時30分  
●場所 宗像ユリックス・会議室6、7  
●内容 「仕事はしたいが自信がない」などの悩みを抱える若年無業者を対象に、個別相談、各種セミナー、就労体験などの支援を実施。若年無業者の自立には家族の理解と協力が不可欠です  
●対象 15～39歳までの仕事につけない若者の自立を希望する家族関係者ら  
●参加料 無料  
\*詳細は問い合わせを  
●申込・問い合わせ先 福岡若者サポートステーション  
☎092(739) 3405

## お魚さばき教室 参加者募集

●日時 11月9日(水)  
①午前9時30分～正午  
②午後1時30分～同4時  
●場所 メイトム宗像2階・調理実習室  
●内容 新鮮な魚を自分でさばきます。「道の駅むなかた」の水産スタッフのプロの技を指導  
●定員 ①②各先着15人  
●参加料 1500円(材料費)  
●持参品 包丁(出刃)、持ち帰り用バック、保冷バッグ、エプロン  
●申込開始日時 10月1日(土) 午前9時  
●申込・問い合わせ先 道の駅むなかた事務局  
☎(62) 2715

## シルバーパーソナリ コース

●日時 10月13日(木)～12月22日(木)の毎週木曜日、午後1時～同3時  
\*全10回、継続可  
●場所 シルバー人材センター(赤間4・2・1)  
●内容 ワード、エクセルを使用して、年賀状チラシ、簡単な資料制作  
●対象 55歳以上  
●受講料 5500円  
\*別途、テキスト代約1800円必要  
\*パソコン貸し出しは1回2500円  
●申込締切日 10月12日(水)  
●申込・問い合わせ先 同センター  
☎(33) 1151

## 宗像パソコン同好会見学会

●日程 10月25日(火)、27日(木)、29日(土)  
●時間 午後1時～同4時  
●場所 徳ビル2階201号室(土穴1・2・21)

## キッズの夢をつなぐ相撲でハッピー ワークショップ

●日時 10月30日(日)  
●時間 午前10時～午後4時  
●場所 メイトム宗像  
●内容 相撲甚句教室、

## クラブ対抗 硬式テニス大会

●日時 11月6日(日)  
▽受付 午前8時15分～同8時45分  
▽試合開始 同9時  
\*雨天の場合は11月13日(日)に延期。大会の有無は当日現地で確認を  
●会場 宗像ユリックス・テニスコート  
●対象 宗像市テニス協会加盟のクラブ員  
●種目・定員  
▽A 1チーム5人(シングルス1、ダブルス2)

## 歩く唐津街道の旅 旅人募集

●日時 10月9日(日)  
▽集合 午前9時30分  
▽実施 同9時40分～午後3時  
●集合場所 JR教育大駅前  
●内容 赤間宿から芦屋宿までみんなで歩きます  
●定員 先着30人  
●持参品 お茶、弁当  
●申込締切日 10月7日(金)  
●申込・問い合わせ先 歩く唐津街道の旅(榎谷)  
☎090(7460) 6219

## 宗像のすごい人たち

# 赤間地区(葉山)在住の 今西良一さん

## 2016年度日本マスターズ水泳短水路大会 全国第3位



元気はつらつ今西さん

「2016年度日本マスターズ水泳短水路大会」の福岡会場に、25m自由形の部門で5月8日に出場した今西良一さん(80歳)が、16秒42の好タイムで優勝しました。全国ランキングでも第3位という快挙です。

今西さんが水泳を始めたのは、今から15年前、65歳のころです。膝の故障をきっかけに水中歩行から始め、その後、健康維持のために水泳も始めたそうです。今でも週4回アクアドームに通い、水泳を通じて出会った友人らと共に継続して泳いでいます。

宗像ユリックス・アクアドームで8月8日に開かれた「平成28年度市民スポーツまつり・第36回宗像市水泳大会」でも、日ごろの練習の成果を発揮し、素晴らしい泳ぎを見せてくれました。

今西さんは「自分のような高齢者の存在をきっかけに、自ら健康増進に取り組む人が増えてほしい」と笑顔で話してくれました。

■問い合わせ先 文化スポーツ課 ☎(36)1540