

宗像の すごい 人たちが

俳句の 全国大会 占部詩子さんが グランプリ大賞 を受賞



句碑の前でグランプリ大賞を喜ぶ占部さん

全国から7,992句が寄せられた「第10回宮若全国俳句大会」の一般の部で、占部詩子さん(83歳・東郷)が初めてグランプリ大賞を受賞しました。

作品は「シュートよく決まる入試を終えし子等(ら)」。俳句の仲間と原町の唐津街道を歩いている時、バスケットボールを楽しむ少年たちを見て、句が浮かんだそうです。

「正直、あまり自信がなかった。大賞と聞いて驚きました」と占部さん。「受賞はこれからの励みになります」と笑顔で喜んでいました。入賞作品は句碑として、宮若市の犬鳴川沿いにある「俳句の道」に設置されています。

占部さんは教員を退職後、趣味を探しているいろいろなことに挑戦。その中で、俳句に魅せられたそうです。俳句歴は28年。現在は、週1回の句会などで活動しています。

「健康のため毎日2~3kmぐらい歩いています。そこで、俳句の材料集めをして、頭がすっきりしている朝に俳句を考えています。俳句を考えることも健康づくりの一つですね」と元気の源を話してくれました。おめでとうございます。

■問い合わせ先 情報政策課広報編集係 ☎(36)1055



前頭葉を 活性化させて ストレス解消

運動不足や生活の中での活動減少に伴い、脳の働きも低下するといわれています。体を動かすことと脳の働きは強い関係があるようです。

今回は、脳の中でも人として生きていくために重要といわれている前頭葉の働きを紹介します。

①前頭葉を活性化すると どのような効果が得られるか?

ストレス解消や認知症予防、思考力向上、意欲向上などの効果が期待できます。

②前頭葉を活性化させるための方法は?

普段の生活や運動などではしないことや苦手なことをすると、前頭葉が刺激され、活性化するといわれています。(例) 利き手と反対の手で箸を使ったり歯を磨いたりするなど



写真①のように、左右の指を付けます



写真②のように、左右の親指を接触しないように回します

- ②写真②のように、左右の親指を接触しないように回します
- *逆の方向にも回しましょう
- *この動作を各10回ずつ繰り返します

●ポイント

- ▽全ての指で同じように実施します
- ▽動きにくい指を重点的に動かします

■問い合わせ先

宗像ユリックス・アクアドーム ☎(37)1377



文化芸術 活動事業

市民参加型ミュージカル「沖ノ島物語(仮題)」参加者募集

●主催 むなかたミュージカルメイツ

●公演日 平成24年3月25日(日)

●公演場所 宗像ユリックス・ハーモニーホール

●練習日 土曜日の午後(月2~3回)

●参加要件 小学2年生以上の人(老若男女問はず)

募集定員 50人

参加費 1人1万円

①7月30日(土)

②8月7日(日)

申込方法 ①は7月27日(水)、②は8月3日(水)までに、同団体(本松)へ次のいづれかの方法で申し込む

☎090(1193)1140

▽オーディション参加申込書に必要事項を記入してFAX(35)6321

*詳しくは問い合わせを

国・県などから 毎月勤労統計調査 特別調査に協力を

●主催 厚生労働省、県

調査時期 8月~9月

調査地区 田熊4丁目

調査内容・方法 労働者の賃金や労働時間などの変化を調査。調査地区の各事業所へ、県知事が任命した調査員が訪問します

*調査内容を本調査以外に使用することはありません

■問い合わせ先 県調査統計課

☎092(643)3187

7月は「社会を明るくする運動」啓発月間

この運動は、全ての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

市民のみなさんが、少年非行の実態を認識し、地域環境の浄化に心がけるとともに、罪を犯した人たちが非行をした少年の立ち直りを温かい目で見守りつつ、援助の手をさしのべ、明るい社会をつくりましょう。

■問い合わせ先 宗像保護区保護司会

☎(33)5637

ポイント方式 県営住宅入居者募集

募集住宅 県営住宅

*詳しくは募集案内書を確認を

【募集案内書】

配布・受付期間 7月19日(火)~同27日(水)

配布場所 市役所建築課、大島行政センター、県住宅供給公社、県庁(総合案内所、県民情

報センター、県営住宅課)、県内の各市(区)役所や町村役場など

■問い合わせ先 県営住宅供給公社県営住宅管理部

☎092(781)8029

▽県営住宅課

☎092(643)3739

伝言板

日本赤十字九州国際 看護大学公開講座

●主催 日本赤十字九州国際看護大学

●日程 7月31日(日)

●場所 同大学・セミナールーム

●内容/講師/時間 内容/講師/時間

▽講座①「多民族・多文化社会の諸相」オーストラリアの事例から

〜鈴木清司(同大学教授)/午後1時~同2時30分

▽講座②「体は訴える!」体の声を聞きましよう〜柳井圭子(同大学教授)/午後2時45分~同4時15分

●受講料 500円

●1講座でも受講可

●申込方法 ①住所②氏名③年齢④電話番号を明記して、同大学へ次のいづれかの方法で申し込む

▽FAX(35)7021

▽HP: <http://www.jicnk.ac.jp/>

■問い合わせ先 同大学

☎(35)7005

夏祭りカラオケ大会

●主催 福祉センター宗寿園

●日時 8月3日(水) 午前11時~午後2時

●会場 宗寿園

●定員 先着50人

●参加費 300円

*入園料を含む

●申込期間 7月15日(金)~同25日(月)

*日曜日休館

●申込・問い合わせ先 宗寿園

☎(33)2761

子育て文化を語る会

●主催 (社)県助産師会 宗像地区

●日時 8月8日(月) 午後0時30分受付、同1時開始(2時間程度)

●会場 市民活動交流館・健診室

●内容 講演「しあわせな子ども・子育て」のちの根っこにこころをこめて〜

●講師 賀久はつさん(むなかた助産院)

●参加費 無料

●事前申込不要

●問い合わせ先 むなかた助産院

☎(36)1131

●日時 8月1日(火)

●コース・開始日

▽火曜日 8月2日(火)

▽水曜日 8月3日(水)

▽金曜日 8月5日(金)

●主催 市ボウリング協会

●コース・開始日

▽火曜日 8月2日(火)

▽水曜日 8月3日(水)

▽金曜日 8月5日(金)

●主催 市ボウリング協会

●コース・開始日

▽火曜日 8月2日(火)

▽水曜日 8月3日(水)

▽金曜日 8月5日(金)

●主催 市ボウリング協会

●コース・開始日

▽火曜日 8月2日(火)

▽水曜日 8月3日(水)

▽金曜日 8月5日(金)

●主催 市ボウリング協会

●コース・開始日

▽火曜日 8月2日(火)

*いずれのコースも月4回開催(祝日は休み)

●時間

▽午前の部 午前10時30分~正午

▽午後の部 午後1時~同2時30分

●場所 宗像シティボウル(王丸)

●参加要件 過去にボウリング教室などに参加したことがない初心者

*マイボール持参者は参加不可

●定員 各コース先着20人

●受講料 無料

*別途、レンタルシューズ代300円必要

●申込方法 8月1日(月)までに、宗像シティボウルへ次のいづれかの方法で申し込む

▽☎(36)6833

▽直接窓口