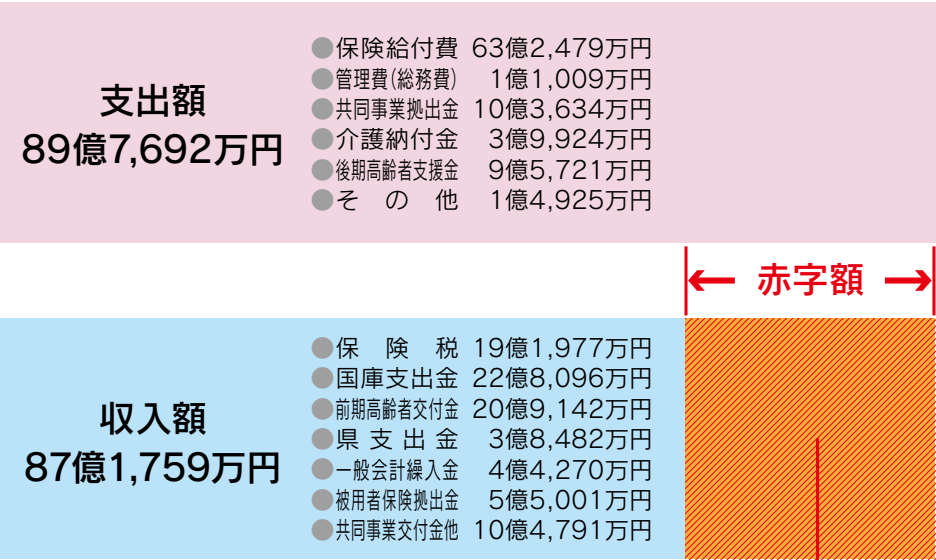


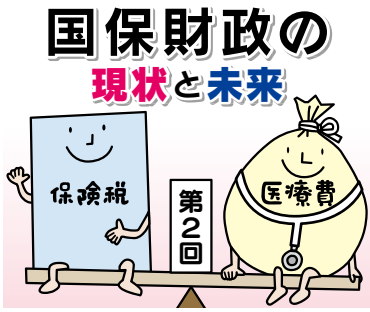
グラフ1 H22年度の収支状況



赤字補てん分
基金繰入金など 2億5,933万円

一般会計から独立した国保特別会計を設けて経理する市町村の国民健康保険

国保会計の仕組み



危機的状況の国保財政

(国保)事業は、保険給付費(医療費)という支出を予測し、その支出を賄う財源(税額)を決定する仕組みになっています。

この特別会計の支出には、①保険給付費②保健事業の設置・運営に必要な経費③国保事業の管理・運営に必要な経費④介護納付金⑤後期高齢者支援金が計上されます。

①保険給付費は、医療機関窓口で支払う個人負担分を除いた保険者が負担する経費。

②保健事業の設置・運営に必要な経費は、疾病の予防や健康の保持増進を図るために支出する経費で、特定健診やはり・きゅう費助成事業が該当します。

③国保事業の管理・運営に必要な経費は、二つに分かれます。一つは管理費で、国保事業に携わる職員の人件費や事務費などで、全額一般会計から補てんされます。

もう一つは、共同事業拠出金など国保の安定的な運営のために支出する経費です。

納付するものです。

介護保険給付に必要な金額のうち50パーセントを国や県、市が支出、20パーセントを介護1号被保険者の保険料で、30パーセントを介護2号被保険者の納付金で担っています。介護保険費が増加すれば、介護納付金も増加する仕組みになっています。

⑤後期高齢者支援金は、平成20年に後期高齢者医療保険制度がスタートし、医療保険者が75歳未満の人を対象に後期高齢者支援金として徴収し、社会保険診療報酬基金に納付します。

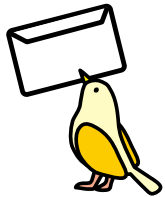
後期高齢者医療の保険給付に必要な金額のうち50パーセントを国や県が支出、40パーセントを75歳未満の現役世代が負担し、10パーセントを高齢者の人々が保険料として担う仕組みになっています。

④介護納付金と⑤後期高齢者支援金は、国民健康保険が保険税に含めて代理で収納し、社会保険診療報酬基金に納めて、同基金が介護保険、後期高齢者医療保険に分配しています。

赤字分を補てん

一方の収入は、被保険者が負担する保険税と国から交付される国庫支出金、前期高齢者交付金(全保険者間の共助による拠出金)が

市県民税
納税通知書を発送



平成24年度「市民税・県民税納税通知書」を次のとおり送付します。

▽給与特別徴収(給与天引き)の人
＝5月11日(金)に勤務先へ発送済み

▽年金特別徴収(年金天引き)、普通徴収(納付書、口座振替)の人
＝6月8日(金)に本人へ発送予定

税額は、確定申告や市県民税申告、給与や年金などの支払者から提出される支払報告書などを基にして、前年の1月1日から12月31日までの所得金額と所得控除金額から計算されます。

納税通知書が届いたら、記載されている所得金額、所得控除金額を確認してください。記載されていない所得や所得控除がある場合は、市県民税の申告が税務署で確定申告をする必要があります。

*宗像市管轄の税務署は、香椎税務署 ☎092(661)1031

●コンビニエンスストアで納付ができます

平成24年度の市県民税は、コンビニエンスストアでの納付ができます。このため、納付書が冊子になっていないので、納付時は期別や納期限を確認して納付してください。

問い合わせ先 税務課市民税係 ☎(36)7350

3大収入源です。

この他、県支出金や一般会計からの繰入金、被用者保険(企業が加入する健康保険組合や、共済など現役世代が加入する職域保険)からの拠出金、共同事業交付金(再保険による給付費)なども財源としています。

一般会計繰入金のうち3億4075万円は、国保財政が脆弱(ぜいじやく)であるため国保加入者の所得状況や高齢化の状況などを基に、国や県が財政支援として市町村に交付。残り1億194万円は、支出項目の管理費(総務費)として、市町村が一般会計から財政支援しています。これらは「一般会計法定繰入金」と

呼ばれ、法令で規定されている繰入金です。

平成22年度は、増加する医療費に対して歳入不足が生じたため、給付費支払基金を取り崩して繰り入れるなど、赤字の補てんに充てました(グラフ1)。家庭に置き換えれば、1年間の支出が収入を上回ったため、貯金を取り崩して不足分を充て、どうにか年を越した状況です。

国保財政は「火の車」

平成23年度も同様に、医療費が増加して支出が収入を上回ったため貯金(基金)

問い合わせ先

国保医療課
国民健康保険係

☎(36)1363

水道・下水道の新設・改造・修繕のご用命は...

宗像管工事協同組合

年中無休
24時間
対応

迅速・親切・丁寧
☎ 37-0435
宗像市東郷1083番地の3

組合加入工事店			
小田設備(株)	☎36-3373	(有)ミノル設備工業	☎32-3596
協和管工(株)	☎33-6633	大和設備	☎39-7681
(有)田中設備工業	☎33-6600	(有)力丸住宅設備店	☎36-5308

ご相談ください!こんな時...

お気軽に
どうぞ

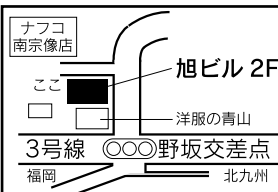
遺言書は元気な時に作るもの。
自筆の遺言や公正証書など、
その方に適したアドバイスをしています。
その他身近なトラブルを防ぐ書類の作成、
各種許可申請、起業のご相談もどうぞ

書面があれば、
安心できます。



福地幸子行政書士事務所
TEL 0940-34-8084

http://e-soudan.biz/ 宗像市光岡 85-1 旭ビル 2F



住民票や戸籍関係の証明書は、郵送で請求することができます。

＊印鑑登録証明書は、郵送での請求はできません

▽住民票の請求先＝住所地の市区町村役場

▽戸籍証明書関係の請求先＝本籍地の市区町村役場

●請求方法 次の①～④を市民課（〒811・3492／住所不要）へ郵送する

①住民票請求書か戸籍証明書関係請求書

＊各請求書の様式と手順説明書は、市HP（<http://www.city.munakata.lg.jp/>）↓「市内にお住まいの方」↓「住民登録・戸籍・印鑑」↓「住民票・印鑑証明書・戸籍謄（抄）本」↓「郵送での請求」からダウンロードするか、市民課へ電話してファックスで入手可

②手数料分の定額小為替（郵便局で購入できます）

▽戸籍の謄本・抄本＝450円

▽除籍の謄本・抄本＝750円

▽改製原戸籍の謄本・抄本＝750円

▽住民票、戸籍の附票、身元証明＝300円



安全・安心への取り組み 運転免許証返納で 2万円分バス回数券進呈

近年、増加している高齢者ドライバーが原因の交通事故増加を抑制するため、市では、全国の警察が推進している運転免許証自主返納の取り組みを、市民の安全・安心を確保するという趣旨から支援。運転免許証を自主返納した70歳以上のおみなさんに、身分証明書として利用可能な写真付き住民基本台帳カードの無料発行とふれあいバス（循環バス含む）、コミュニティバスの回数券2万円分を進呈します。

- 開始日 6月1日（金）
- 対象 市に住民登録がある70歳以上の人で、開始日以降に有効期間内の運転免許証を自主返納した人（返納後6カ月以内）
- ＊写真付き住民基本台帳カードの無料発行は、カードを保有していない人に限る



- 申請時に必要な書類
- ①公安委員会（警察署）へ運転免許証を自主返納した際に発行された「申請による運転免許の取消通知書」
- ②公安委員会から希望して受領した無効になった運転免許証（穴あき）
- ③顔写真1枚（正面、無帽、無背景で申請前6カ月以内に撮影したものの＝縦4.5cm×横3.5cm）
- ④本人確認書類（健康保険証など）
- ＊回数券のみの人は③④不要
- 申請方法 市民課窓口に必要な書類を提出して、交付申請をする
- 問い合わせ先
- ▽市民課 ☎(36) 1126
- ▽生活安全課 ☎(36) 5050

郵送で
証明書の請求が
できます

- ＊いずれも別途、手数料が必要ですが、各市区町村によって金額が異なります
- ③返信用の封筒（宛先を明記し、80円切手を貼付）
- ＊急ぎの場合は、速達料金分の切手を貼付
- ④請求する人の身分証明書の写し（A群から1つか、B群から2つか、B群とC群から1つずつ）
- ▽A群（官公署発行の顔写真付き身分証明書）＝運転免許証、パスポート、顔写真付き住民基本台帳カード、船員手帳など
- ▽B群（官公署発行の顔写真が付いていない身分証明書）＝年金手帳、健康保険証、介護保険証、母子健康手帳、住民基本台帳カードなど
- ▽C群＝学生証、本人の預金通帳、TASPO、法人が発行した身分証、病院の診療証など
- 問い合わせ先 市民課 ☎(36) 1126

地震、台風、大雨…
災害に備えよう

県警マスコット「ふっけい君」

- 地震に備えよう
- 昨年3月11日に発生した東日本大震災では、多くの死傷者や行方不明者が出るなど、甚大な被害が発生しました。地震は「いつでも」「どこでも」起こりうる災害です。
- 【地震発生時の対応】
- 〈自宅などの屋内〉
- ▽頭を保護して大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる
- ▽慌てて外に飛び出さないなど
- 〈駅やデパートなどの集客施設〉
- ▽館内放送や係員の指示がある場合は、落ち着いてその指示に従う
- ▽慌てて出口や階段などに殺到しないなど
- 〈屋外〉
- ▽ブロック塀や自動販売機などの倒壊、ビルの壁や看板、割れたガラスなどの落下に備え、その場所から離れるなど
- 〈自動車の運転中〉
- ▽慌ててブレーキをかけずに、ハザードを点滅させてゆっくり停車するなど
- 〈鉄道やバスに乗車中〉
- ▽すり革や手すりにしっかりとつかまるなど
- 〈エレベーターを利用中〉
- ▽最寄りの階で停止させ、速やかに降りるなど
- 津波は猛スピードで来襲
- 津波の速度が速い沖合いでは、波高に比べて波長が非常に長くなります。そのため、津波を確認できるのは目前に迫ってからとなり、その時は逃げ遅れてしまう恐れがあります。
- ▽水深500メートルでジェット機並みの時速約800キロ
- ▽水深500メートルで新幹線並みの時速約250キロ
- ▽水深100メートルで高速道路を走る自動車並みの時速約100キロ
- ▽水深10メートルでオリンピックの短距離走選手並みの時速36キロ
- 日ごろから備えを
- ▽タンスや本棚が倒れないように耐震固定を施しましょう
- ▽いつでも持ち出せる場所に非常持出品を準備しましょう
- ▽家族で避難場所や避難経路を確認し、災害時の役割分担を決めましょう
- 台風や大雨災害に注意を
- 梅雨や台風の時期に入ると、大雨によるがけ崩れや床下浸水、道路冠水などが発生する恐れがあります。
- ▽危険を感じた時や避難の指示があった時は、素早く避難しましょう
- ▽避難時は、持ち物を最小限にし、背中に背負うなど両手が自由に使えるようにしておきましょう
- ▽台風や大雨に関する注意報や警報に注意しましょう
- 問い合わせ先 宗像警察署 ☎(36) 0110

市内の事件・事故の発生状況（平成24年1月1日～3月31日の暫定数）

	犯罪発生件数									交通事故発生件数	
	空き巣など	自動車盗	オートバイ盗	自転車盗	車上狙い	自販機狙い	ひったくり	強盗	強姦わいせつ	人身事故累計	死亡事故
発生件数	20	5	17	34	25	3	1	0	1	143	1
前年比	+4	+2	+11	+1	+2	±0	-1	-1	-1	+10	+1

健康！友達作りに！
ボウリング無料体験教室
参加者募集！
プロ協会認定インストラクターが指導致します！

初心者の方対象
(以前教室などに参加されたことがある方、マイボールをお持ちの方は、参加できません)

●火曜コース：6／5～ 10:30～13:00～
●水曜コース：6／6～ 10:30～13:00～
●金曜コース：6／8～ 13:00～
(各コース90分×4回)

ボウリングは、気の合う仲間づくりに最適です。
お問い合わせ先：0940-36-6833

宗像シティボウル / 宗像バットイングセンター

今からでも始められるボウリング

手軽に楽しく、何歳からでも始められる

手軽で楽しいからでしょうか。日本で最も参加人口の多いスポーツは、ジョギングでも水泳でもなく、ボウリングです。

年齢を問わずに参加できるため、年々シニアの方も増え、現在では全国に200万人を超えるシニアボウラーがいるといわれています。

ボウリング 10:00～深夜2:00迄（土日祝前日は深夜5時まで）
バットイング 10:00～深夜0:00迄（日・祝のみ9:00から）

宗像シティボウル 検索

TEL 0940-36-6833

所在地 宗像市王丸徳丸772

家族・友人と楽しめる
イベント盛りだくさん！
詳しくはホームページをご覧ください。



弥生のメロディー 土笛

民族と音楽

世界の多くの民族は、独自に発展した音楽「民族音楽」を持っています。それは、神や支配者へ捧げるために、また、日々の労働を癒やすために歌い奏でられ、特有の楽器も生み出されました。

ウクライナでは約2万年前の骨製打楽器が、ロシアでは約1万5千年前の角製フルートが出土するなど、音楽は人類の根源的な活動といえそうです。

弥生時代の楽器

日本でも、打楽器などは早くから存在したと思われるが、現在のところ旧石器時代にさかのぼる例はあ



光岡長尾遺跡から出土した土笛

日本では、1966(昭和41)年に山口県下関市の綾羅木郷(あやらぎごう)遺跡で初めて発見され、宗像では光岡長尾遺跡の環濠(かんごう)に囲まれた貯

りません。

縄文時代前期(約6000年前)ごろから、東日本では石笛や土笛、琴などが

順次出現し、西日本に先行して音の文化が栄えていました。やがて、弥生時代になると稲作文化の伝来をはじめ、中国大陸や朝鮮半島から多くの文化が伝えられる中、西日本地域にもこれまでの縄文時代とは異なる音の文化が伝えられます。

土笛の謎

その一つが「土笛」です。弥生時代の土笛は、陶埴(とうけい)とも呼ばれる焼物の笛で、起源は中国。河姆渡文化晩期(かぼとぶんかばんき・約6500年前)の遺跡などで出現しています。



蔵穴(地下式の穴倉)から完全な形で出土しました。

形は卵形。高さ9・8センチ、最大径8・0センチで上面には直径2・2センチの吹き口があり、指穴は前面に4個開けられています。口を寄せて息を吹き込むと「ホウー」という低く物悲しい音を奏でます。

その他の出土地は、島根県松江市タテチョウ遺跡や京都府の日本海側にある扇谷(おおぎだに)遺跡など、不思議なことに大半が日本海沿岸部に集中しています。九州では、光岡長尾遺跡と北九州市の高槻遺跡の2カ所に例があるのみで、宗像より東側の沿岸地域でしか見つからないのはなぜでしょうか。

宗像と

日本海沿岸地域

宗像地域は、弥生時代に栄えた強国で金印の出土で知られる奴国(なこく・福岡市や春日市付近)などが採用した甕棺(かめか

いきいきサロンで初めての防火訪問



女性消防団員が3月1日～同14日、池野、自由ヶ丘7丁目、葉山、王丸、朝野、自由ヶ丘南、曲の7カ所で開かれた「いきいきサロン」で初めて防火訪問をしました。

団員は、3人1組で班を構成。自分たちが生まれ育った郷土の方言で話す班、会話方式で話す班など、各班3人の個性を生かした内容で臨み、宗像地区での火災の出火原因件数、家が火事にならないように日ごろから心がけていることや避難時の身の守り方などの説明をしました。

また、消火器の取扱方法では、「ピノキオ」という言葉がポイントになりますが、最初から「ピノキオ」の意味を理解している人がいてビックリしました。ちなみにピノキオとは、ピ=ピンを抜く、ノ=ノズルを持つ、キ=気持ちを落ち着ける、オ=押す(ノズル)です。みなさんも覚えてくださいね。

私たちは地域の人々との出会いを大切に考えています。今後とも、何か交流の機会がありましたら、いつでも声をかけてください。

(同消防団員広報班・花田寿子)

■問い合わせ先

生活安全課 ☎(36)5050



王丸地区での防火訪問の様子



消火器の取扱方法を説明する女性消防団員

西日本で土笛が出土した遺跡の分布図



ん」というひつぎを用いた墓制を受け入れた地域であることがヒントが隠されています。どのようなひつぎで埋葬するかはその地域の大事な問題であり、よその墓制を受け入れるわけにはいかなかったと考えられます。一方、土笛は稲作に伴う

宗教儀礼に用いられたと考えられる説から、共通の祭祀(さいし)をした一つの文化圏

が想定されます。つまり、土笛の分布や墓のあり方を検討すると、どうやら宗像の人々は、墓に甕棺を作らず、土笛を使った共通の祭祀をする日本海沿岸地域の人々と関わりが深かったと考えられます。

中近世の例ですが、鐘崎海女が対馬海流に乗って盛んに山口県や島根県など日本海沿岸地域に行き来していたことから、伝統的な交流圏であったことが十分推測されるのです。

土笛を作ってみませんか

海の道むなかた館には、

土笛づくりの体験学習メニューがあります。オーブン粘土を使って簡単に作ることができます。館では、形づくりまでをサポート。その後、自宅へ持ち帰りオーブントースターを使って焼き上げれば完成です。

また、特別展示室では土笛を展示していますので、ぜひ実物を見てください。(文化財職員・白木英敏)

■問い合わせ先
郷土文化学習交流課
(海の道むなかた館内)
☎(62)2600

医王院

宗像大社高宮祭場横

宗像聖地霊園

宗像市認可霊園

当霊園は宗旨、宗派を一切問いません。
自然に囲まれた閑静なやすらぎの聖地です。
ぜひ一度ご来園下さい。

お申し込み・お問い合わせは

宗像聖地霊園

☎0940-62-1566

墓地代

(永代使用料)

1m²8万円

- 名称:医王院霊園(宗像聖地霊園)
- 所在地:福岡県宗像市田島2211番地
- 総面積:418.58㎡
- 墓地総面積:266.76㎡
- 区画面積:3.3㎡、2.35㎡
- 交通:西鉄・宗像大社前バス停徒歩10分
- 駐車場(30台駐車可)
- 経営許可番号:18宗環第86号

5/13(日)・6/10(日)・7/8(日) 宗像ユリックス 13時~16時

無料相談を実施。予約不要・先着順

お気軽にどうぞ

伊藤弘幸 行政書士事務所

相続はどのように行われるか?遺言書がある時とない時の違いは?
会社設立、各種許認可・離婚協議書作成・交通事故・在留資格など

困ったことは何でもご相談下さい。

Tel 0940-36-8060 (IP電話の方は携帯へ)
携帯 090-7980-1240
宗像市東郷2-3-40-206 宗像市役所より徒歩約1分



沖ノ島を迫力ある150インチの大画面で体験できる3Dシアター

また、館は「宗像・沖ノ島と関連遺産群」の世界遺産登録活動の情報発信拠点としての役割も担っています。

常設展示では、市内の遺跡から見つかった貴重な出土品などと共に、本遺産に関する資料を展示しています。常設展示室の奥には3Dシアターがあります。このシアターでは、通常上陸することができない沖ノ島の魅力を150インチの大画面で紹介。沖ノ島の巨大な岩や貴重な動植物などの

郷土文化学習交流館「海の道むなかた館」が4月28日にオープンしました。館内では、宗像の文化財展示や体験学習などを楽しめます。



3Dシアターで 沖ノ島の魅力体験



常設展示室にはミニ3Dモニター

自然、祭祀（さいし）の遺跡の様子に加え、沖津宮現地大祭などの伝統の祭りなどをまるでその場にいるかのように3Dで体験できます。映像製作では、九州大学芸術工学研究院の金大雄（キムデウ）准教授に多大な協力をしてもらいました。

通常は沖ノ島へ行くことができませんが、年に一度、沖津宮現地大祭の日には男性のみ約200人が上陸して参拝できます。世界遺産に登録されても、このおきてが緩和されることはありません。このような貴重な遺産を後世に残すことが世界遺産登録の目的であるからです。

とはいっても、宗像が誇る沖ノ島をより多くの人に知ってもらいたいことは私たちの願いです。そういった意味では、沖ノ島を正しく知ってもらうことができないこの映像システムは大きな意味があると思います。ぜひ一度、この映像を体験してください。



毎月15日号で、市と姉妹都市の締結をしている韓国・金海（キムヘ）市の広報紙を紹介しています。

金海市東部地域の中心河川・神魚川が、生態河川に生まれ変わりつつあります。金海市では、神魚川生態河川復元事業を2011年4月に着工、現在の工程率は30パーセントとなっています。

生態河川として復元 生まれ変わる神魚川

生態河川復元事業とは、人工構造物と都市開発などによって生態系が壊された河川に、自然型の河川造成や水生植物の植栽、河川浄化施設の設置などで水生生態系を回復しようとするものです。生態観察路など水と親しむ空間を設けて市民生活の質を向上させるための事業です。

神魚川は水路6・5キロ、流域面積11・31キロ平方メートル、自然石貯水護岸1・5キロ、生態観察路など水と親しむ空間を設けて市民生活の質を向上させるための事業です。



神魚川の復元イメージ図

口、生態観察路1・6キロを設置し、河川維持用水を1日約7000トン供給して河川水質改善にも大きく貢献するものと期待されています。

方メートルの地方河川。生態河川復元事業は第二三防（サムバン）橋から漁防（オバン）三橋までの1・5キロ区間に、既存のコンクリート落差工を撤去して自然型落差工（12カ所）を造成。早瀬10カ所、自然石貯水護岸1・5キロ、生態観察路など水と親しむ空間を設けて市民生活の質を向上させるための事業です。

（金海市広報紙2012年3月21日発行から）
*この原稿は、市民サービス協働化提案制度として、平成20年度から「パラムむなかた」が翻訳しています
■問い合わせ先
秘書課秘書係
☎(36)0890



赤間コミセンで本を受け取る親子

自動貸出機で本を借りられます

自動貸出機を使えば、自分で借りたい本の貸出手続きができます。利用者みなさんからも「自分で手続きできるので便利になりました」と好評です。

操作手順は①～⑤のとおりです。

- ①借りたい本と利用カードを持って自動貸出機へ
- ②自動貸出機の画面に触れる
- ③利用カードを箱に入れて読み込む
- ④借りたい本を机の上に置いて、冊数を画面に入力する
- ⑤自動貸出機が読み込んだ冊数を確認して、貸出レシートを受け取る

■問い合わせ先
市民図書館 ☎(37)1321



子どもでも簡単に操作できます



TOTO 最新型“超”節水トイレをお得な特別価格で!!

工事費・旧便器処分費・消費税など全て込みで

通常価格 **144,480円**

特別価格 **68,000円**

プラス20,000円～でウォシュレットに

この他、水回りのリフォームは何でもお任せ下さい!

節水(洗浄水量4.8L)でお得にエコ!
水道代も大幅に節約します。洗浄水量は従来タイプの約68%の大幅な節水。

従来形 節水便器	年間使用量 約75920L
新ピュア レストQR	年間使用量 約24090L

約68%
節水

0120-32-6611

年中無休・見積もり無料・出張費無料
九州全域・山口県一部が対象エリア

水漏れ等のトラブル対応も
5,000円～
受けたまわります!

株式会社 西日本住建
〒812-0043 福岡市博多区堅粕4-1-37
http://www.nishinippon-juken.com

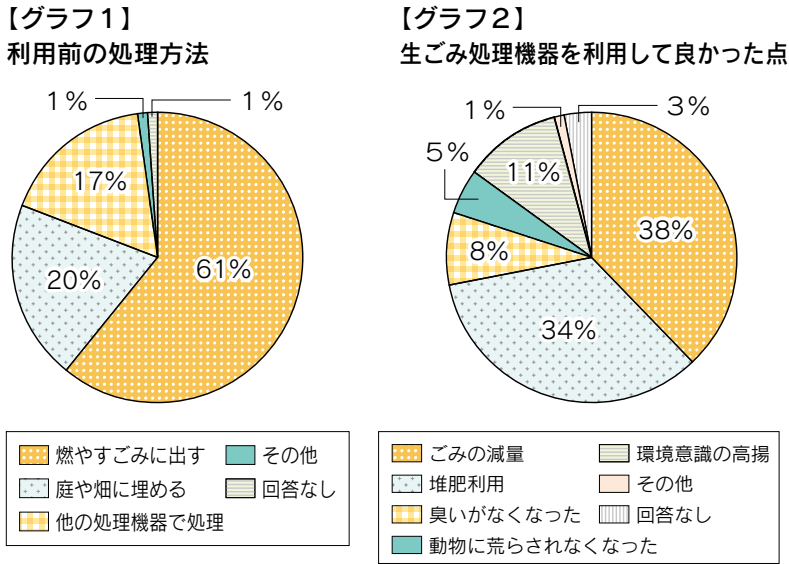
市では、生ごみ処理機器による生ごみ減量効果を把握するため、2月に利用者アンケートを実施しました。

アンケートの結果、利用前は生ごみを燃やすごみに出していた人が6割以上であったことから、処理機器を活用すればごみの減量につながる事が分かります(グラフ1)。

また、約4割の人が処理機器を活用することで「生ごみの減量」を実感しています。家庭菜園などの堆肥として利用している人も多く、環境意識が高まったという回答もありました(グラフ2)。

利用者からは、

- 生ごみ量がだいぶ減りました
- 肥料を買わなくて済みます
- 夏場の臭いが気にならなくなり、助かっています



	補助基数 (1世帯)	補助金額	1基当たりの 補助金の上限
生ごみ処理機	5年に1基まで		20,000円
設置型コンポスト容器 バケツ型密閉容器	5年に2基まで	1基当たりの 購入価格の 2分の1以内	3,000円
ダンボールコンポスト	1年に5基まで		1,000円

こねっこの
もったいない
コーナー

宗像子育てネットワークこねっとが、「子育て・教育関連用品」を「もとめている人」と無料で「ゆずる人」の仲介をしています。

4月24日現在、次の用品を「もとめている人」がいます。

- 博多のびっこ幼稚園制服・体操服(女児110~120、男児100~110)・スモック(男児100~110)
- 日の里幼稚園制服・体操服・ブラウス・帽子(女児100~110、男児は制服・帽子以外で100~120)
- 浄徳寺幼稚園制服・体操服・帽子・かばん(女児120、男児100~120)
- トレーナー・スモック(男児100~110)
- 東海大学付属自由ヶ丘幼稚園制服・体操服(男児110~120)
- 玄海ゆりの樹幼稚園制服・体操服・スモック(女児120、男児120~130)
- かばん●西海保育園制服(110)●平等寺保育園制服・バッグ(男児130~)
- 夏用洋服(100~110)●授乳口付きの洋服●マタニティスーツ●抱っこひも●チャイルドシート●ジュニアシート●バンボのイス●バウンサー●ベビーカー用レインカバー●ベビーカー用モスキートネット●女児用補助付き自転車(12インチ、18インチ)
- 男児用自転車(22インチ)●補助付き三輪車●一輪車(16~18インチ)●ピアノカ
- トミカ関連グッズ●室内用跳躍器具●室内用ブランコ●ピンズラー英会話CD(初級)
- 宗像高校指定教科書(最近3年間分、数学Ⅲ・数学C・国語・英語・化学・生物)

■利用方法 ①住所②氏名③連絡先④用品名を明記して、宗像子育てネットワークこねっとへ次のいずれかの方法で申し込む

▽ハガキ(〒811-3437/久原180/メイトム宗像内)

▽メイトム宗像館内の受付ボックス

▽FAX(36)3741 ▽Eメール konet_munakata@yahoo.co.jp

*「上記の用品をゆずる人」は、☎080(4317)2524での申込可。ただし、毎週月・水・金曜日(祝日を除く)の13:00~16:30

多くの人が
生ごみの減量を実感！

生ごみ処理機器利用者のアンケート結果

生ごみを毎日堆肥化していくのが楽しみです。など、喜びの声が多く届いています。

市では、生ごみの減量を推進するために、生ごみ処理機器購入費用の一部を補助しています(表1)。

生ごみを減量することで燃やすごみ量が減ります。清掃工場で焼却するごみ量が減るため、二酸化炭素の発生量も減り、焼却費も抑

えられるため、環境にもやさしくなります。

みなさんも生ごみ処理機器購入補助制度を活用して生ごみ減量に取り組んでみませんか。

■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421



リサイクルショップ開催 ～物を大切に使いましょう～

市では、資源循環型社会の構築に向けて、3R運動を推進。リデュース(ごみの発生抑制)、リユース(再利用)、リサイクル(再生)の3つの頭文字をとって「3R」と呼んでいます。

この取り組みの一つとして、玄界環境組合宗像清掃工場(ECOパーク宗像)へ搬入され、修理再生した家具と自転車を販売します。

●日程 6月2日(土)

●時間 ▽受付=9:20~9:50 ▽抽選開始=10:00

●場所 ECOパーク宗像内・管理棟

●予定販売品

▽家具=20点程度(500円~5,000円)

▽自転車=20台程度(1,000円~3,000円/防犯登録代を除く)

●対象 市民

●販売方法 購入希望者が複数の場合は抽選

*配送不可。購入者各自で持ち帰りを

*売れ残り品の再抽選は実施しません

*返品、交換は不可

●展示期間 5月28日(月)~6月1日(金) 8:30~17:00

*工場見学も可、申込受付は当日のみ

■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421



修理再生された家具と自転車
(予定販売品と異なります)

乗らない車、お売りください!!

どんな車でも
買取致します。

廃車、不動産の面倒な廃車手続き、全て無料!!

自動車・重機・トラック・バスなど、どんな車種・年式でも買取致します。

軽自動車(キャリー他)	10,000円	1000cc以上(ヴィッツ他)	15,000円
1500cc以上(カローラ他)	20,000円	2000cc以上(プレミオ他)	25,000円
2500cc以上(マークII他)	30,000円	3000cc以上(クラウン他)	35,000円
4000cc以上(セルシオ他)	40,000円	トラック2t(平成元年)	120,000円
トラック4t(平成元年)	220,000円	トラック10t(平成元年)	300,000円

★ディーゼル車 15,000円UP!!

スワビ・インターナショナル(株) 0120-786-960

宮若市山口954(福岡国際C.C.さんの近く) 古物商許可証 NO.901110810003* 取引業者登録通知書 NO.20401001967
TEL 0949-52-1996 フロン類回収業者登録通知書 NO.20402001967* 解体業許可証 NO.20403001967

借金問題

減らない借金...誰にも相談できず一人で悩んでいませんか?宗像市出身の司法書士が電話相談に応じます。勇気を出してお電話ください。

電話相談受付時間/平日 10:00~20:00・土日 10:00~18:00

着手金不要

費用分割可

報酬一例

任意整理	1社 21,000円~
個人再生	198,500円~
自己破産	146,000円~

福岡市中央区大名2丁目4-38 チサンマンション天神Ⅲ401号
地下鉄赤坂駅5番出口徒歩1分 詳細は <http://asuka84.jp/> (出張面談承ります(有料))

Asuka あすか司法書士事務所 092-732-8401

司法書士 川野 徹
登録番号 第1298号
認定番号 第629030号

●本講座

日程	時間	場所・申込先
6月12日(火)	10:00～11:30	河東コミュニティ ☎(35)1837
6月13日(水)		自由ヶ丘コミセン ☎(32)5594

●フォロー講座

6月 6日(水)	10:00～11:30	赤間コミセン ☎(39)7051
6月 8日(金)		日の里コミセン ☎(37)1587
6月22日(金)		南郷コミセン ☎(36)3465
6月29日(金)	13:30～15:00	東郷コミセン ☎(36)7711

わたしたち

コンポスト
使ってま～す



市では、生ごみの減量を推進するため家庭用の生ごみ処理機器を購入した人に、購入費の一部を補助していますが、使い始めてみたものの「虫がわいた」「面倒くさい」という理由でやめてしまう人もいます。せっかく購入した生ごみ処理機器を家庭で眠らせるのは「もったいない!」。そこで、上手に使っている人の声を紹介していきます。今回は、公園通り（池野地区）在住の深江有佳子さんです。

■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421

以前は生ごみ処理機を使っていたが、数年前に友人から誘われて、今は、ダンボールコンポストを2基交互に使っています。

コンポストは庭のウッドデッキに置いています。以前イタチに荒らされたことがあって、夜だけ玄関先に移していましたが、今はよほど雨が降らない限り軒先に置いたままです。イタチ対策のため、アルミホイルを15cm四方くらいダンボールコンポストの外側に張ると来なくなりました。

これまでに虫がわいたこともありましたが、袋に入れて天日に干すといなくなりました。また、基材は月に1回袋に出してしっかり混ぜるようにしています。もう使えないかなと思っていても、底の方から新しい基材が出てきて、発酵も進むようになりますよ。

去年は、堆肥を埋めた場所からカボチャとトマトが芽を出し、立派なカボチャが2個もなりました。ちょっとした楽しみですね。

夫婦2人家族なので生ごみはたくさん出ませんが、小さく刻むようにしています。最近、夫が刻んでくれたりするのでとても助かっています。卵の殻も薄皮をキッチンバサミで細かく切っているので、きれいになります。ごみ出しも生ごみがないので、週に約1回。とても軽いですよ。



夫婦でコンポストに取り組む深江さん

海岸を散歩しながら
ごみ拾いをしてみませんか

■問い合わせ先
生活環境課
☎(36)1421

海岸線清掃活動をする「クリーンアップむなかた」の3月までの清掃状況を紹介。

【3月】▽参加人数＝31人 ▽収集量＝171袋
【累計】▽参加人数＝8,055人 ▽収集量＝1万8,632袋
＊活動は、毎週日曜日9:00から約1時間(雨天中止)
【集合場所】釣川河口両側海岸

市では、市民サービス協働化提案制度で、「ゴミ問題を考える住民の連合会・宗像」と生ごみ堆肥化講座（本講座とフォロー講座）を開催します。全ての講座は各コミュニティへ事前申込が必要です。受講無料。すでに実践している人も受講可能です。

平成24年度の本講座を受講のみなさんには、ダンボールコンポスト（年間1世帯1基限り）をプレゼントします。数に限りあり。どこの場所でも受講可能。各コミュニティ地区で、生ごみ処理機器各種の使用方法を紹介する本講座と、実践後の疑問などに答えるフォロー講座を開催します。日時や場所などは随時、市広報紙でお知らせします。

ダンボールコ

＊各講座に定員あり
＊各コミュニティでもダン

●6月の講座
左上表のとおり

■問い合わせ先
生活環境課
☎(36)1421

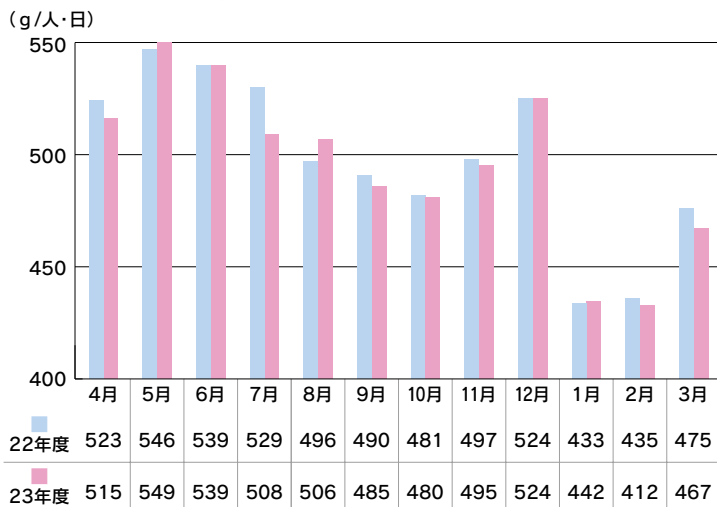
生ごみ堆肥化講座
本講座受講者には
ダンボールコンポストを
プレゼント



できた堆肥で花も色鮮やかに

家庭の燃やすごみ量の推移
(1人1日当たりのごみ量)

■問い合わせ先
生活環境課
☎(36)1421



古紙は貴重な資源です

家庭から出された燃やすごみの約10%を新聞や雑誌などの古紙が占めています。古紙を地域の集団回収に出せば、子ども会や自治会などの貴重な活動費となります。ひもで縛って資源として出しましょう。資源物受入施設にも出すことができます。



好評発売中! 広告主を募集 広報紙とホームページ

市では、平成18年10月から市の広報紙とホームページに有料広告を掲載しています。あなたも広告を出してみませんか。

◎広告の規格と掲載料 (このほかにも1/3ページ、1/2ページ、1ページの規格があります)

規格	広告の大きさ	料金(1枠1月につき)	色数
1号 広告	縦 5.9cm 横 12cm	1枠当たり 20,000円	白黒1色
	縦 5.9cm 横 24cm	1枠当たり 36,000円	白黒1色

＊1年間に12号以上掲載を希望する場合は10%、6号以上掲載を希望する場合は5%を掲載料から割り引き

◎締め切りは掲載希望号の2カ月前

規格	料金(1枠1カ月につき)
天地 縦 50ピクセル 左右 横 160ピクセル データ容量 20キロバイト以内 形式 Jpeg、Gif形式、Flash形式のいずれかでALT属性テキストデータ、全角20文字以下	トップページ 15,000円 トップページ外 10,000円

市では今後、印刷物などにも有料広告を掲載し、歳入の確保に努めていく予定です。みなさまの理解と協力をお願いします。



■問い合わせ先
秘書課広報・報道係 ☎(36)1055

ご相談ください資生堂化粧品専門店

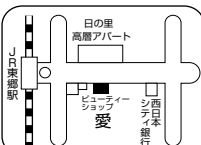
ビューティーショップ愛へ

資生堂の新しいサービス わたshi+ はじまりました
お店のお買い物でお得なポイントが貯まります! くわしくは店頭でおたずね下さい。

ベネフィーク、クレド、ポー・ボテ、シネリック、グラナス、イン&オン、キオウ、ティエログラム、シアダア、シールドウメン、キリョウ、美容食品、マキアージュ、エリクシール、ティンラ化粧品、資生堂バーレー（お菓子）etc.

資生堂チェインストア エステティックサロン
ビューティーショップ愛

TEL・FAX 36-0254
宗像市日の里 1-11-3 (東郷駅日の里側)
◎定休日/日曜日・祝日(10:00～20:00)



6月24日(日)

男女共同参画★

「ゆい」フェスタ2012

6月23日(土)から同29日(金)は、「男女共同参画週間」です。

同週間事業として、男女共同参画★「ゆい」フェスタ2012を開催します。

男女共同参画だより

メッセージ

問い合わせ先

男女共同参画推進課

TEL(36)0048

FAX(36)0032

男女共同参画推進センター「ゆい」

TEL(36)0250

FAX(36)0269

講演会

講師 瀬地山角(せちやまかく)さん

演題 笑って考えよう。家族のこと、仕事のこと、未来のこと

- 日時 6月24日(日)10:00～12:00
- 会場 メイトム宗像・多目的ホール
- 定員 150人
- 参加費 無料
- 託児 無料(5カ月～就学前) *要予約
- *市とむなかた男女共同参画協議会の共催です

講師プロフィール
東京大学大学院総合文化研究科教授。社会学者で専門はジェンダー論。著書に「お笑いジェンダー論」など。全国各地で開催している講演会では、笑いを誘う巧みな話術に定評がある。

*その他、第2回写真コンテストの表彰式なども開催します



申込方法

6月17日(日)までに、①住所②氏名③年齢④電話番号⑤託児を希望する場合は、子どもの氏名、年齢(○歳○カ月)を明記して、男女共同参画推進センターへ次のいずれかの方法で申し込む
▽ハガキ(〒811-3437/久原180/メイトム宗像内)
▽FAX (36)0269
▽Eメール yui1001@city.munakata.fukuoka.jp
*☎(36)0250での申し込みも可

出展・販売・体験コーナー

●時間 10:00～15:00 (食品販売は11:00～)

団体名	内 容
はなまる料理教室	夏カレー販売
ウッドクラフトもく木	クギの早打ち大会(先着16人) ▽受付=10:00 ▽開始=13:00 *景品あり
アクセサリー工房 NaNaKo	アクセサリー販売、ペーパークラフト展示・販売 *体験コーナーあり
ムッシュ・クッキングクラブ	バナナの春巻き販売
Twinkle	木工雑貨、布雑貨、トールペイント販売
花椿会	生け花、フラワーアレンジの展示
ドリームハウス塚本	各種パン・菓子類販売
ローズパレット	ペイント作品販売 *体験コーナーあり
ピエロのPさん隊	バルーンアートの無料配布
H eartot(はーとっと)イラストレーターmaco	絵本、ポストカード、イラストなどの販売
バードサクソフォンスクール	サクソフォン演奏



(写真上) クギの早打ちに挑戦
(写真右上) アクセサリー作りの体験
(写真右下) 毎年人気のバルーンアート

団体名	内 容
ハハトコ。	ベビー＆子ども服、大人の服、編み物、雑貨販売
花工房「花あそび」	プリザーブドフラワーアレンジ *体験コーナーあり
宗像まごころ市運営協議会 (宗像コスモス会、はまゆうワークセンター、緑ヶ丘学園、宗像学園)	お弁当、おにぎり、パン、クッキー、ラーメン、皿うどん、雑貨販売など



日 (SUN) 月 (MON) 火

人口	95,996	世帯	39,158
男	45,479	女	50,517
(3月中の異動数)			
転入	628	転出	851
出生	56	死亡	82

日(SUN)	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
生ごみ堆肥化講座 ⑤ 【本講座】 ▽12日(火)／河東コミュニティ ▽13日(水)／自由ヶ丘コミセン 【フォロー講座】 ▽6日(水)／赤間コミセン ▽8日(金)／日の里コミセン ▽22日(金)／南郷コミセン ▽29日(金)／東郷コミセン ＊時間はAページを参照してください	資源物受入日 ⑤ ●北側(ECOパーク宗像内) ▼土・日曜日 9:00～17:00 ●西側(ゆ～ゆ～プール横) ▼土・日曜日 9:00～17:00 ▼水曜日 9:00～19:00	ダムの貯水率 ⑮ 吉田・多礼ダム 98.4% (4月25日現在) 水は大切に使いましょう ＊40％を下回った場合、 給水制限を検討します			▽男女雇用機会均等月間 ＊30日まで④ ▽食育月間 ＊30日まで⑥ ▽禁煙週間 ＊6日まで⑥ ▽HIV検査普及週間 ＊7日まで⑥ 1	▽メイトム宗像休み⑪ ▽歩こう会・吉武地区「明天主公園の睡蓮(すいれん)と八所宮コース」(吉武コミセン)9:00～⑬ ▽市中学生卓球大会・男女別団体戦(市民体育館)9:00～⑭ ▽(グローバルアリーナ)GASブリングカップ2012・中学生サッカー＊3日まで⑰ ▽(グローバルアリーナ)第6回GACアップ中学生男子バレーボール大会＊3日まで⑰ 2
▽ふれあいバス運休② ▽メイトム宗像休み⑪ ▽第19回市中学生バスケットボール大会(市民体育館)9:00～⑭ ▽市小学生春季バレーボール大会(市民体育館)9:00～⑭ ▽市長杯ソフトテニス大会(中央公園・テニスコート)9:00～⑭ ▽宗寿園休み⑱ 3	▽歯の衛生週間 ＊10日まで⑥ 4	▽農業委員会 定例総会(市役所北館・202会議室)15:00～⑩ ▽西日本ママさんバドミントン予選会(市民体育館)9:00～⑭ ▽(宗寿園)大正琴＝中之島流琴由利会12:00～⑱ 5			▽市議会本議会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽学校の日⑧ ▽第1回市協会ゲートボール大会(中央公園・多目的広場)9:00～⑭ ▽(宗寿園)囲碁大会9:30～⑱ 8	▽第1回市体育協会グラウンドゴルフ大会(ふれあいの森)9:00～⑭ ▽(グローバルアリーナ)2012Umbro/le coq sportifサッカーフェスティバル＊10日まで⑰ ▽(グローバルアリーナ)玄海旗柔道錬成会＊10日まで⑰ ▽(グローバルアリーナ)第8回GAジュニアハンドボール合宿＊10日まで⑰ ▽(宗寿園)銭太鼓＝龍成会12:00～⑱ 9
10	11	▽市議会本議会〈予定〉(市役所)10:00～① 12	▽市議会本議会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽(シルバー人材センター)入会説明会13:30～⑱ 13	▽市議会本議会〈予定〉(市役所)10:00～① 14	▽市議会総務常任委員会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽保育所7月入所申込締切日(市役所)⑦ 15	▽家庭の日⑦ ▽市長杯ゲートボール大会(中央公園・多目的広場)9:00～⑭ 16
▽宗寿園休み⑱	▽(宗寿園)舞踊＝千草会12:00～⑱		▽(宗寿園)舞踊＝藤間波奈敬千12:00～⑱	▽(宗寿園)舞踊＝大滝昇12:00～⑱	▽(宗寿園)舞踊＝かぐや姫12:00～⑱	▽(宗寿園)舞踊＝水穂聖恭12:00～⑱
▽家庭の日⑦ ▽ふれあいバス運休② ▽宗像市民地域交流卓球大会・公民館別団体戦(市民体育館)9:00～⑭ ▽宗寿園休み⑱ 17	18	▽食育の日⑥ ▽市議会社会常任委員会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽(宗寿園)舞踊＝応援サンの会12:00～⑱ 19	▽市議会建設産業常任委員会〈予定〉(市役所)10:00～① 20	▽市議会予算第1特別委員会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽(宗寿園)二胡＝ニコニコマイラの会11:30～⑱ 21	▽市議会予算第2特別委員会〈予定〉(市役所)10:00～① 22	▽男女共同参画週間＊29日まで④ ▽(グローバルアリーナ)2012U-10WORLD FOOTBALL CUP IN GLOBAL ARENA⑰ ▽(宗寿園)将棋大会9:30～⑱ 23
▽ゆいフェスタ(メイトム宗像)10:00～④ ▽第19回市ミニバスケットボール大会(市民体育館)9:00～⑭ ▽宗寿園休み⑱ 24	▽道の駅むなかた(物産館、食堂)休み⑨ 25	▽国際麻薬乱用撲滅デー⑥ 26	▽(シルバー人材センター)入会説明会13:30～⑱ 27	▽市議会本議会〈予定〉(市役所)10:00～① ▽市民図書館休み(月末整理日)⑫ ▽(宗寿園)宗寿園愛好者会10:30～⑱ 28	29	30

各行事のあとの赤色の数字は、問い合わせ先です。
下のテレコールの赤色の数字のところで確認を。

 6月の休日外科当番医 午前9時～午後5時

3日(日)	渡邊整形外科医院(稲元)	☎(32)2600
10日(日)	桑原整形外科医院(福津市)	☎(42)0020
17日(日)	蜂須賀病院(野坂)	☎(36)3636
24日(日)	宗像水光会総合病院(福津市)	☎(34)3111

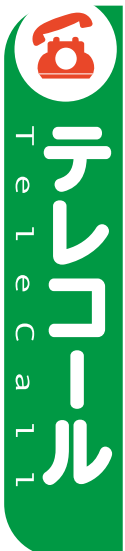
休日小児科・内科

宗像地区急患センター (田熊)
☎(36)1199

●平 日● 19:30～翌朝6:00
●土 曜 日● 18:00～翌朝9:00
●日・祝 日● 9:00～翌朝6:00

休日歯科

宗像地区歯科
休日急患センター
(田熊)
☎(34)8080
●日・祝日●
9:00～16:30



市役所本庁(代表)
 議事調査課
 総務課
 行政係
 情報化推進係
 生活安全課
 人事課
 秘書課
 秘書係
 広報・報道係
 市民課
 市民係
 国民年金係
 経営企画課
 定住化推進室
 財政課
 契約検査室
 税務課
 市民税係
 固定資産税係
 収納課
 コミュニティ課
 市民活動推進課
 人権対策課
 男女共同参画推進課
 生活環境課
 自然環境課

336-1121
 336-1119 ①
 336-1272
 336-5444
 336-5050 ②
 336-5051
 336-0890
 336-1055
 336-1126 ③
 336-1128
 336-1192
 336-1284
 336-1104
 336-1161
 336-7350
 336-7351
 336-5392
 336-5394
 336-1540
 336-1270
 336-0048 ④
 336-1421
 336-1130 ⑤

保健福祉政策課
健康づくり課
福祉課
 保護1・2係
 障害者福祉係
介護保険課
 介護保険係
 介護認定係
地域包括支援センター
国保医療課
 国民健康保険係
 後期高齢者医療係
都市計画課
建築課
建設課
維持管理課
会計課
子ども育成課
子ども家庭課
教育政策課
学校管理課
監査委員事務局
選挙管理委員会事務局
固定資産評価審査委員会
商工観光課
元氣な島づくり課
推進係

𐎠𐎢𐎽𐎢 1308
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1187
 𐎠𐎢𐎽𐎢 7353
 𐎠𐎢𐎽𐎢 3135
 𐎠𐎢𐎽𐎢 4877
 𐎠𐎢𐎽𐎢 5186
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1285
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1363
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1348
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1484
 𐎠𐎢𐎽𐎢 5203
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1577
 𐎠𐎢𐎽𐎢 7471
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1357
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1214
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1365
 𐎠𐎢𐎽𐎢 5099
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1322
 𐎠𐎢𐎽𐎢 5093
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1375
 𐎠𐎢𐎽𐎢 5093
 𐎠𐎢𐎽𐎢 0037
 𐎠𐎢𐎽𐎢 1725

農業振興課
水産振興課
渡船課
農業委員会事務局
■市役所本庁以外
市民活動交流室
郷土文化学習交流課
世界遺産登録推進室
発達支援センター
図書課
消費生活センター
下水道課(宗教終末処理場)
元氣な島づくり課(大島行政セン)
元氣な島づくり係
市民サービス係
大島診療所
■その他の市関係施設など
宗像市民図書館
宗像ユリックス
宗像ユリックス・アクアード
・メイム宗像(市民活動交流室)
男女共同参画推進センター「K
子育て支援センター
青少年センター
海の道むかた館(郷土文化学習交
流のむかた大島(大島海洋体験)

𐎠𐎼𐎟𐎠0041
 𐎠𐎼𐎟𐎠0031
 𐎠𐎼𐎟𐎠0026
 𐎠𐎼𐎟𐎠0046

 𐎠𐎼𐎟𐎠0311
 𐎠𐎼𐎠2600
 𐎠𐎼𐎠2617
 𐎠𐎼𐎠0224
 𐎠𐎼𐎠2263
 𐎠𐎼𐎠35454
 𐎠𐎼𐎠4136
 𐎠𐎼𐎠2211

 𐎠𐎼𐎠72004

 𐎠𐎼𐎠371321
 𐎠𐎼𐎠371311
 𐎠𐎼𐎠371377
 𐎠𐎼𐎠360202
 𐎠𐎼𐎠360250
 𐎠𐎼𐎠373741
 𐎠𐎼𐎠368303
 𐎠𐎼𐎠622600
 𐎠𐎼𐎠722361

吉武コミュニティ
赤間コミュニティ
赤間西コミュニティ
自由ヶ丘コミュニティ
河東コミュニティ
南郷コミュニティ
東郷コミュニティ
日里コミュニティ
田島コミュニティ
池野コミュニティ
岬コミュニティ
神湊コミュニティ
大島コミュニティ
市民体育館
玄海B&G海洋センター
大島ふれあいセンター
大島渡船ターミナル
宗像清瀬工場（エコパ）
宗像地区事務組合（多岐）
宗像地区事務組合（宗像）
家庭児童相談室
地域職業相談室
シルパル人材センター
道の駅むなかた・観光
正助ふるさと村
グロウバルアリーナ
宗像公園

♣(32)5904 (13)
 ♣(39)7051
 ♣(38)9506
 ♣(32)5594
 ♣(35)1837
 ♣(36)3465
 ♣(36)7711
 ♣(37)1587
 ♣(62)1642
 ♣(62)2003
 ♣(62)2656
 ♣(62)2671
 ♣(72)2321
 ♣(32)1230 (14)
 ♣(62)2119
 ♣(72)2294
 ♣(72)2535
 ♣(62)0505
 ♣(62)0975 (15)
 ♣(36)0010
 ♣(36)1302
 ♣(36)1150
 ♣(33)1151 (16)
 ♣(62)2715
 ♣(35)1100
 ♣(33)8400 (17)
 ♣(33)2761 (18)

子育て支援センター「ふらこっこ」

開館日

月～金曜日、第2土曜日

* 第2水曜日の午後、祝日、年末年始は休館

開館時間

10:00～15:30

1日2回!
スポットタイム!



午前と午後の1日2回、スタッフと一緒にみんなで親子のふれあい遊びを実施しています。
▽わらべうた
▽えほんの読み聞かせ など

2 畳スペース

赤ちゃんやゆつたり過ごせます。三角メリーもあります



大きな子は座ってすべってね!

周辺MAP



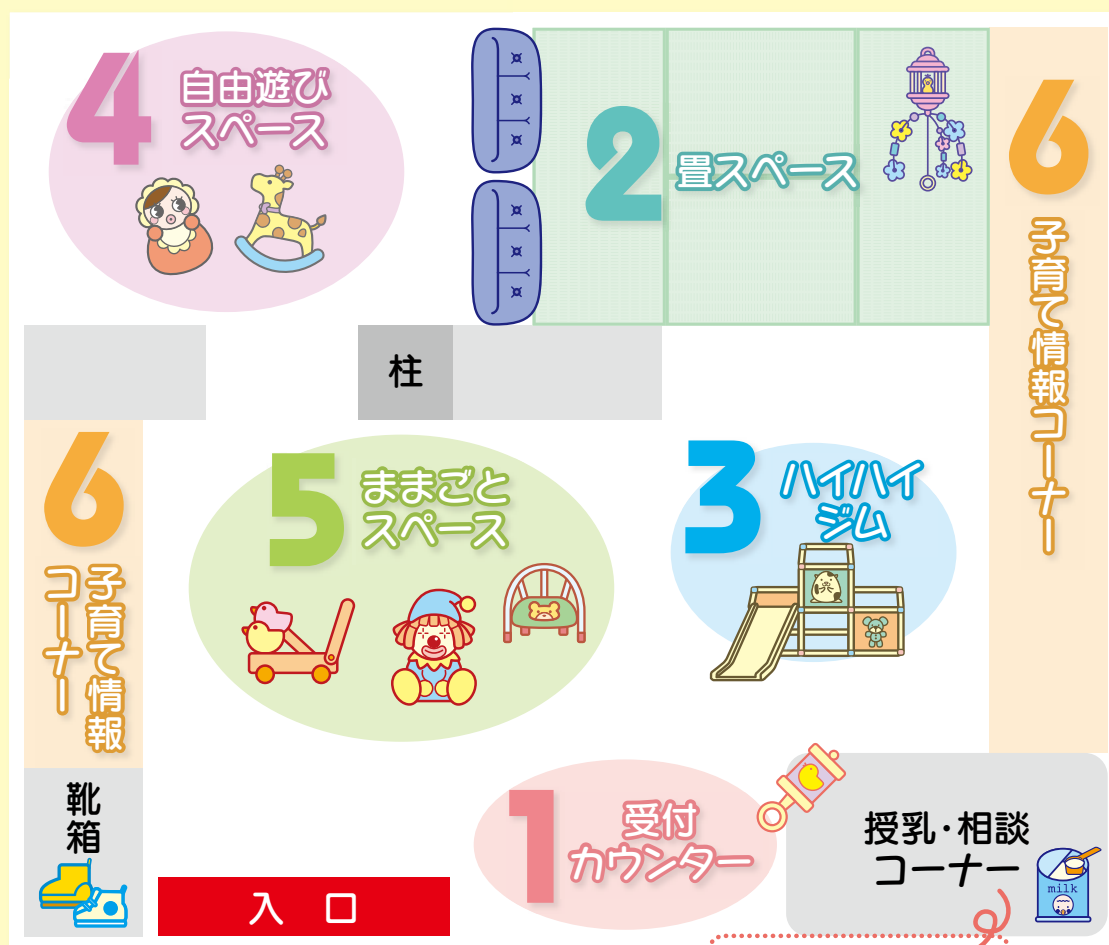
- JR東郷駅日の里口から車で約10分
- ふれあいバス(バス停・メイトム宗像)

所在地

〒811-3437
宗像市久原180番地
メイトム宗像内

TEL

0940-37-3741



1 受付カウンター

初めての人には、スタッフから利用方法を説明し、登録をお願いしています。2回目以降は、ここにカードを出し、名札を記入してください



子育て支援センターへようこそ

3 赤ちゃんのためのハイハイジム

子どもたちに大人気です



危ないので、走らないでね!

4 自由遊びスペース

ダンボールのおうちやトンネルもあります



5 ままごとスペース

木のキッチンカウンターにお鍋やお皿もあります

6 子育て情報コーナー

市内の子育てに関する情報や保育所・幼稚園、子育てサークル・サロンなどの情報を提供しています

「ふらこっこ」交流室は、日ごろの子育ての悩みや不安を一緒に考えたり、支え合ったりする場です。子育て相談も実施していますので、一人で抱え込まないでいつでもスタッフに話してください。「ふらこっこ」では、交流室の他にも「子育て支援事業」や「子育て講座」も実施しています。詳しくは、広報紙1日号の施設だより、市[HP]<http://www.city.munakata.lg.jp/>→「市内にお住まいの方」→「教育・文化・スポーツ」→「子育て支援」を参照してください。



子ども基本条例が できました

ぼくたちわたしたちの未来を守る

この「コーナー」では、4月1日から施行された「宗像市子ども基本条例」に関する内容を掲載していきます。今回は、「なぜ、子ども基本条例が必要なのか」「子どもの権利とは何か」について紹介します。

子ども育成課 ☎(36) 1214



谷井博美市長（左）に答申書を手渡す横山正幸会長（右）

子ども基本条例は、次世代育成支援対策審議会が全18回の会議を経て、昨年12月19日に提出された答申書を基に案を作成。今年の3月議会で議決されました。

条例が制定

されるまでの間、多くの子どもたちや市民のみなさんから意見をもらいました。なお、条例の一部は平成25年4月1日から施行されます。

子ども基本条例は、
▽大人が果たすべき役割を明確にし、子どもの権利を守っていくこと
▽将来にわたって子ども
の権利について普及

なぜ、子ども基本条例
が必要なのか？



子どもを取り巻く状況を見ると、ひきこもりや児童虐待が年々増加し、安全・安心に暮らしているとは必ずしも言えない状況です。その原因の一つとして、「子どもの権利」への大人の理解や認識の低さが考えられます。

そこで、「子どもの権利とは何か」「大人が子どもに対して果たすべき責務は何か」を明確にするとともに、侵害を受けた子どもの権利の救済や回復を実現するため、条例が必要となります。

啓発し、家庭・地域・学校などの中できちんとした理念の下、子どもを育成できるようにすること

▽宗像市の子ども施策の法的根拠とすること

を目的として制定。
今後、市の子ども施策は、この条例を基に推進していくことになりま

子ども実行委員を
大募集

学校・地域・年齢を
超えた仲間づくりを
してみませんか

子どもまつり実行委員会では、宗像ユリックスで11月3日(土・祝)に開催する「子どもまつり」の企画・運営の一部を担う子ども実行委員を募集します。一緒に子どもまつりを盛り上げましょう。

- 対象 子どもまつり当日に参加できる市内在住の10～18歳の人
- 募集人数 20人程度
- 活動内容
▽子どもまつり開会式の企画運営 ▽舞台発表の司会進行
▽出店の企画運営 ▽看板作りなど
- 活動スケジュール



横断幕を作る子ども実行委員のメンバー

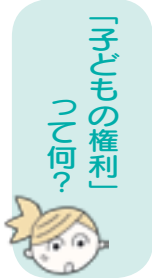
回	日程	時間	場所
第1回	8月6日(月)	13:00～17:00	青少年センター
第2回	8月26日(日)		
第3回	9月30日(日)		
第4回	10月14日(日)		
第5回	10月28日(日)		
まつり当日	11月3日(土・祝)	8:00～17:00	宗像ユリックス

- 申込方法 6月14日(木)までに、所定の申込書に必要事項を記入して、子どもまつり事務局へ次の方法で申し込む
▽小・中学生＝担任の先生へ提出する
*申込書は、学校で配布
▽高校生＝直接、子ども育成課窓口(市役所西館1階)へ
*申込書は、子ども育成課窓口で入手可
- 問い合わせ先
子どもまつり事務局(子ども育成課内) ☎(36) 1214



まつり当日の出店の様子

は、方針転換することなく将来にわたって継続されることになります。以上のような理由で、子ども基本条例を制定しました。



「子どもの権利」と聞くと、「子どもに権利を認めたらわがままになる」「権利を認めるなら義務を果たすべきだ」と思う人がいるかも知れません。これは、「権利」という言葉から受けるイメージが原因と考えられます。

「子どもの権利」は、主に大人と同じように認められる基本的人権「生きる権利」や「意見を表明する権利」、子ども固有の「育つ(成長・発達する)権利」や「守られる(保護される)権利」に分類されます。いずれの権利も子どもが大人へと成長するために必要不可欠なもので、何かの義務の対価として与えられるものではなく、誰にでも無条件に認められるものです。

次回は、「子どもの権利」の具体的な内容について紹介します。

お知らせ

市から

子どもの居場所づくり
関係団体情報交換会
参加団体募集

市では、地域や学校で子どもの居場所づくりとして活動する団体へ、情報提供の場や団体間で情報交換をする場を提供しています。みなさんも、他の団体と情報交換してみませんか。

日時 6月5日(火) 午後7時30分

会場 青少年センター(メイトム宗像内)

参加要件 次の全てに該当する市民活動団体

▽子どもの居場所づくりを目的に市内で活動している団体

▽会費を徴収せず、営利を目的とした活動をしていない団体

*情報交換会の参加団体には、一部消耗品の支援制度あり

■問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

下水道に関する
訪問業者に注意！

市からの委託を装って訪問し、有料で排水管などの点検や修理をしようとする業者の件で相談が増えています。市では、有料点検などを業者に委託することはありませんので、このような訪問業者に注意してください。

不要の場合は、はっきりと断り、不審に思った時は慌てて契約せず、市へ相談してください。

■問い合わせ先

▽下水道課 ☎(36) 4136

▽消費生活センター ☎(33) 5454

おわびと訂正

4月に新中学1年生の女子に案内した「子宮頸がん予防ワクチン公費負担(無料)接種のおしらせ」の中で、接種時期に誤りがありました。おわびして訂正します。

【正】対象期間内に接種を完了するために、1回目の接種は平成24年9月末までに受けましょう。

■問い合わせ先

子ども家庭課 ☎(36) 1365



市から

就学援助制度、高等学校等奨学金制度の申請受付開始

市教育委員会では、同制度の申請受付を6月11日(月)から開始します。今まで同制度を受けていた人も、新たに申請が必要です。

小・中学校

就学援助制度

市内の小・中学校に就学し、経済的な理由で学用品費や給食費などを負担することが困難な場合に、その費用の一部を児童・生徒の保護者へ援助します。

高等学校等奨学金制度

高等学校か高等専門学校に在学する生徒で、経済的な理由で就学困難な生徒の保護者へ奨学金を支給します。

【共通事項】

●申請期間 6月11日(月)～同20日(水)午前8時30分～午後5時(土・日曜日を除く)
*同14日(木)は午後7時まで(午後5時以降は必要書類発行窓口は閉鎖のため注意を)

*午後5時以降は正面玄関を閉鎖。警備員室横から入ってください
●適用 4月にさかのぼって適用

*6月21日(木)以降に申請した場合は、申請した月の翌月から適用
●申請に必要なもの

①申請書

*各申請書は教育政策課で入手可(就学援助申請書は市内各小・中学校でも入手可)

②住民票謄本か外国人登録原票記載事項証明書

世帯主名と世帯全員の氏名、生年月日、続柄が記載されたもので、世帯分離している場合は同一住所内全員が記載された住民票が必要

③平成24年度所得証明書

平成24年6月11日(月)以降に発行されたもので、平成23年中に収入があった人の分が必要

④ひとり親家庭等医療証の写しなど、ひとり親であることが証明できるもの(該当者のみ)

⑤在学証明書(高等学校等奨学金申請者のみ)

⑥印鑑

⑦保護者名義の金融機関口座(通帳)

問い合わせ先

教育政策課学務係

☎(36)5099

生活習慣病予防教室

受講者募集

市では、平成24年度から「生活習慣病予防教室」を開始します。コースは「高血圧予防」

や「糖尿病予防」「メタボ予防」「慢性腎臓病予防」の4コース。この機会に、食事や運動など日々の生活習慣を見直してみませんか。

【高血圧予防コース】

日時・内容・場所

表1のとおり

●対象

▽収縮期血圧(上)が140mmHg以上の人
▽拡張期血圧(下)が90mmHg以上の人

●申込締切日 5月24日(木)

【糖尿病予防コース】

日時・内容・場所

表2のとおり

●対象

▽HbA1cが5・5パーセント以上の人
▽空腹時血糖が110mg/dℓ以上の人

●申込締切日 7月4日(水)
【メタボ予防コース】
日時・内容・場所
表3のとおり

●対象

▽腹囲が男性85センチ、女性90センチ以上の人
▽BMIが25以上の人

●申込締切日 9月11日(火)

【慢性腎臓病予防コース】

日時・内容・場所

表4のとおり

●対象

▽高血圧、高血糖、高尿酸、脂質異常で指摘を受けたことがある人
▽血清クレアチニン値が男性1・2以上、女性0・8以上の人

●申込締切日 11月22日(木)

【歩こう会実践者コース】

日時・テーマ・内容

表5のとおり

【共通事項】

■申込方法 各申込締切日までに、健康づくり課☎(36)1187へ電話で申し込む

健康づくり

リーダー養成講座

受講者募集

市では、コミュニティや地域の健康づくりで活躍する人材を養成する講座を開催。自分とみんなのために健康づくり活動をしたい人、資格や特技を役立てたい人を募集します。

講座は「リーダー養成コース」と「歩こう会実践者コース」。受講無料。

【リーダー養成コース】

日時・テーマ・内容

表5のとおり

【歩こう会実践者コース】

日時・テーマ・内容

表6のとおり
【共通事項】
●場所 メイトム宗像
*内容によって変更の場合あり

講師

健康運動指導士、レクリエーション協会講師、スポーツ推進委員、市保健師他

●対象

20歳以上で、修了後に地域の健康づくり活動に携わることができる市民

●定員 各コース抽選で50人

*受講決定者には後日詳しい案内を送付

●申込方法 6月8日(金)までに、健康づくり課☎(36)118

電話で確認を

●日時 6月10日(日)

7へ電話で申し込む
ラプアース・クリーンアップ2012

九州・沖縄、山口の海岸や河川、山並みを一斉に清掃する「ラプアース・クリーンアップ2012」

●むなかた「水と緑の会」と市では、さつき松原海岸を一斉清掃します。みなさんの参加をお願いします。

*雨天中止。当日の実施の有無は、市HP(munaka.go.jp)か、市役所代

表☎(36)1121へ

電話で確認を

●日時 6月10日(日)

●持参品 帽子、作業のできる服装、歩きやす

くぬれてもよい履物

●問い合わせ先

自然環境課

☎(36)1130

(表1) 高血圧予防コース 場所/岬コミセン

回	日時	内容
1	6月14日(木) 13:30~15:30	▽保健師と管理栄養士による講話 ▽血圧、体重、腹囲、尿中塩分濃度の測定
2	6月28日(木) 13:30~15:30	家庭でできる運動の実践
3	7月12日(木) 10:00~13:00	栄養講話と実践(調理実習)

(表2) 糖尿病予防コース 場所/赤間コミセン

回	日時	内容
1	7月25日(水) 13:30~15:30	保健師と管理栄養士による講話
2	8月1日(水) 13:30~15:30	家庭でできる運動の実践
3	8月8日(水) 10:00~13:00	栄養講話と実践(調理実習)
4	8月実施予定	身長、体重、腹囲、食後血糖値、HbA1c、HDLコレステロール、中性脂肪などの検査
5	9月5日(水) 13:30~15:30	教室のまとめと個別相談会

(表3) メタボ予防コース 場所/メイトム宗像

回	日時	内容
1	10月2日(火) 13:30~15:30	▽保健師と管理栄養士による講話 ▽血圧、体重、腹囲の測定
2	10月16日(火) 13:30~15:30	家庭でできる運動の実践
3	10月30日(火) 10:00~13:00	栄養講話と実践(調理実習)
4	11月実施予定	身長、体重、腹囲測定、ABI・PWVなどの検査
5	11月27日(火) 13:30~15:30	まとめと個別相談会

(表4) 慢性腎臓病予防コース 場所/吉武コミセン

回	日時	内容
1	12月13日(木) 13:30~15:30	保健師と管理栄養士による講話
2	12月20日(木) 10:00~13:00	栄養講話と実践(調理実習)

(表5) リーダー養成コース 場所/メイトム宗像

回	日時	テーマ	内容
1	6月25日(月) 14:00~16:00	「自分と地域の健康状態を知ろう」 「学ぼう! わかめ体操」	▽開講式 ▽わかめ体操の学習 ▽骨密度測定
2	7月9日(月) 14:00~16:00	「知ってる? やってる? 玄米ニギニギ体操」	▽玄米ニギニギ体操の学習
3	7月23日(月) 14:00~16:00	「玄米ニギニギ体操のリーダーに变身!」	▽玄米ニギニギ体操の実践
4	8月6日(月) 14:00~16:00	「自分とみんなの体力テストをしよう!」	▽体力テストの方法の学習と実践練習
5	8月20日(月) 14:00~16:00	「学ぼう! すぐにできるレクリエーション」	▽レクリエーションの学習
6	9月実施予定	「レクリエーション実践学習の旅」	▽レクリエーションの実践
7	10月15日(月) 14:00~16:00	「学ぼう! 骨密度測定の方法」 「これからの健康づくり活動について」	▽骨密度測定方法の学習 ▽閉講式

(表6) 歩こう会実践者コース 場所/メイトム宗像

回	日時	テーマ	内容
1	7月5日(木) 10:00~12:00	「学ぼう! ウォーキングとストレッチ体操」	▽歩く時の注意点と健康づくりに効果的な歩き方、ストレッチ体操の学習
2	7月19日(木) 9:30~12:30	「いざというときの救急救命」	▽救急救命講座(宗像地区消防本部)

むなかた協働大学卒業の成果

「観光むなかた」が
ガイドマップを製作

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。

市では、「元気なまちづくり基金」を活用して、市民活動やボランティア活動に取り組む団体を応援しています。



谷井市長（右から2人目）へ手作りのガイドマップを手渡す観光むなかたのみなさん

観光むなかたのメンバーは、市内3大学と市が連携して実施している「むなかた協働大学」の第1期・観光アドバイザーコースを卒業した10人。平成20年～21年度の在学中、同大学で学習したことをまじり、実用的な観光ガイドマップの製作を企画しました。

同大学卒業後、平成22年度に同補助金を受けてマップづくりがスタート。1年目は、勉強会や市内を13地区に分けて現地を巡回し、歴史や自然、観光のスポットなどを調査しました。その後も、観光の関係者や各地区のコミュニティ運営協議会などの協力を得て、地域のイベントやグルメ情報、推奨の観光コースに関する情報や意見を聴取。2年間集めた情報をまとめて、今年3月、念願のマップが完成しました。

マップは、ポケットに納まる小冊子型で持ち運びが便利。各地区の観光情報やグルメ情報が掲載されています。また、地図やイラストが手書きで、しかも分かりやすく、親しみが持てる内容です。マップを受け取った谷井市長は「分かりやすく、素晴らしい観光マップに仕上がっています。各地区の歴史やグルメ情報など、満載しました。市民のみなさんにマップを広く活用してもらい、市内外の観光情報を発信してほしい」と期待を寄せていました。

マップは各コミセンなどで閲覧可能。また、5月15日からはメイトム宗像HP <http://kouyuu-sang.com> からダウンロードできます。みなさんも、マップを活用し、散策に出かけませんか。

■問い合わせ先
市民活動交流室
☎(36) 0311

第4回
鐘崎漁師まつり

鐘崎漁港で第4回鐘崎漁師まつりを開催。イカをはじめ、ヤズ、タイ、アジなど今が旬の活魚や鮮魚を「漁師価格」で提供します。

グルメコーナーでは、漁師町ならではの海鮮焼きなどで腹ごしらえしてはいかがですか。子ども魚つかみ取りや体験クルージングなどの楽しいイベントも催します。

*小雨決行、荒天中止（天候によって変更、中止の場合あり）
日時 6月2日（土）、同3日（日）午前8時～午後3時（売り切れ次第終了）
場所 鐘崎漁港（鐘の岬活魚センター）周辺
問い合わせ先
鐘崎漁業協同組合
☎(62) 1500



里山再生講座（2）
タケノコが採れる
竹林整備

主催 NPO法人宗像里山の会
日時 6月16日（土）午前9時～正午
雨天決行
場所 講座Ⅱメイトム宗像・102会議室



昨年度の竹林整備講座の様子

▽実習地Ⅱ宗像ユリックス南側の竹林
内容
▽伐採する竹の選び方
▽安全で容易な竹伐採の方法
▽竹林の栽培管理など
講師 野中重之さん（竹林利活用アドバイザー）
＊平成24年度内にチエーンソーの手入れやシイタケ作りの講座を予定
定員 先着20人
受講料 無料
持参品 お茶、長靴、手袋、作業できる服装
申込方法 6月9日（土）までに、①住所②氏名③電話番号を明記して、同会事務局へ次のいずれかの方法で申し込む
▽ハガキ（〒811・3437／久原180／メイトム宗像内）
▽直接、メイトム宗像内にあるメールボックス

国・県などから
県女性海外研修事業「女性研修の翼」
団員募集
主催 県
研修期間 11月11日（日）～同18日（日）
研修国 フランス、オランダ
応募要件 県内居住の20歳～65歳の人（4月1日現在）で、団体や企業で男女共同参画などに関する活動に積極

平成24年度
県政モニター募集
業務内容 アンケートの回答（3回程度）、県政への提案（随時）
コース種別
▽一般コースⅡ郵送による回答・提案
▽インターネットコース
問い合わせ先
市選挙管理委員会（総務課内）
☎(36) 1375

平成24年度
県政モニター募集
業務内容 アンケートの回答（3回程度）、県政への提案（随時）
コース種別
▽一般コースⅡ郵送による回答・提案
▽インターネットコース
問い合わせ先
市選挙管理委員会（総務課内）
☎(36) 1375

平成24年度
県政モニター募集
業務内容 アンケートの回答（3回程度）、県政への提案（随時）
コース種別
▽一般コースⅡ郵送による回答・提案
▽インターネットコース
問い合わせ先
市選挙管理委員会（総務課内）
☎(36) 1375

選挙一口メモ



このコーナーでは、選挙に関する一口メモと4コマ漫画を紹介しています。

期日前投票

投票日当日に、仕事や旅行などの予定がある人や、病气やけがなどで歩くことが難しい人は、選挙告示日の翌日から投票日の前日まで、期日前投票所で投票をすることが出来ます。

■問い合わせ先

市選挙管理委員会（総務課内） ☎(36) 1375

へ投函（とうかん）

▽FAX (36) 8317

▽E-mail norinaga055@

ariboj.jp

■問い合わせ先

同会事務局（長尾）

☎090（5748）

6221

的に取り組み、帰国後も活動を期待できる人

＊公務員や学生、過去に同種の派遣事業に参加した人は対象外

定員 20人

＊書類選考と面接で決定

研修費用 25万円程度

募集期間 5月7日（月）～6月8日（金）

申込先 市男女共同参画推進課

画推進課

問い合わせ先

県男女共同参画推進課

☎092（643）3

391

インターネット、電子メールによる回答・提案

＊応募要件 県内在住の18歳以上の人（4月1日現在）

応募人数 300人

任期予定 6月下旬～平成25年3月31日（日）

謝礼 活動状況に応じて図書カードを進呈

応募方法 5月31日（木）までに、①住所②氏名③電話番号④年齢⑤性別⑥職業⑦コース名⑧メールアドレス（インターネットコースのみ、携帯は不可）

⑨平成22～23年度県政モニター経験の有無⑩志望動機（100字程度）⑪モニター募集を

知った媒体を明記して、県県民情報広報課広聴係へ次のいずれかの方法で申し込む

▽郵送（〒812・8577／住所不要）

＊郵送は5月31日（木）消印有効

▽FAX 092（643）3107

▽パソコンHP <http://www.shinsei.elg-front.jp/fukuoka/navi/pref/>

▽携帯HP <http://www.shinsei.elg-front.jp/fukuoka/navi/pref/>

▽E-mail monitor@pref.fukuoka.jp

問い合わせ先

同課広聴係

☎092（643）3103



5年ぶりに復活！ 春の潮風を満喫した 筑前大島マラソン大会

筑前大島マラソン大会を4月15日、大島運動場をスタート、ゴールとする3キロと10キロのコースで開催。市内外から訪れた313人が春の潮風を満喫しました。

この大会は、平成19年まで「大島一周しおかぜマラソン大会」として開かれていたものを市の主催で復活。参加者の中には、当時のしおかぜマラソン大会に出場していたランナーも多く、この復活を喜んでいました。

開会式で、谷井博美市長は「大島でのマラソン大会は、大島一周しおかぜマラソン大会として平成19年まで開催していましたが、今回、開催時期を大島の春が満喫できる4月に変更し、筑前大島マラソン大会として復活しました。春色の海と新緑を視界に、心地よい潮の香りを体感しながらレースを楽しんでください」とあいさつ。谷井市長の号令で参加者たちがスタートを切りました。



一斉にスタートを切る参加者たち

コースは、大島海洋体験施設「うみんぐ大島」で折り返す3キロコース（小学生以上が対象）と、島内を周回する10キロコース（高校生以上が対象）の2種類。天気も快晴で、まさにスポーツ日和。大島の美しい海を眺めながら楽しんで走るランナーもいれば、自己新記録を狙うランナーもいて、各々の走り方で大島のマラソン大会を楽しみま

した。また、大島運動場では、大島名物の黒アナゴを使った「トウヘイ鍋」が無料で振る舞われ、参加者には大島の食文化も楽しんでもらいました。閉会式では、各コースの表彰者に大島の海産物やランニンググッズなどの賞品が贈られたほか、あらかじめ指定した順位でゴールしたランナーに



青い海と空をバックに力走する参加者

は、「ラッキー賞」として大島名産のヒジキなどが贈られました。参加した竹内賀子（のりこ）さん（39歳・福岡市）は「大島には初めて来ました。アップダウンがきつかったけれど、海がとてもきれいで風も心地よく、走っていてとても気持ち良かった。フキがたくさん生えているのもきれいでした」。同じく福岡市から参加した岡田麻樹ちゃん（10歳）、大樹くん（8歳）姉弟は「走っていてとても気持ち良かった。楽しかったです」と元気いっぱいに答えてくれました。

参加したランナーのみならず、大島のみなさん、大会運営に携わったみなさん、協力ありがとうございました。今回のマラソン大会の復活は、大島の活性化を目的としています。大島は、豊かな自然と歴史、人情に満ちた島です。

市では今後も、大島がさらににぎわいのあるまちになるよう、多くの人に大島に足を運んでもらえる取り組みを続け、自然や歴史・食文化など、たくさん

仲良く一緒にゴールする参加者



動きながら 休養がとれる

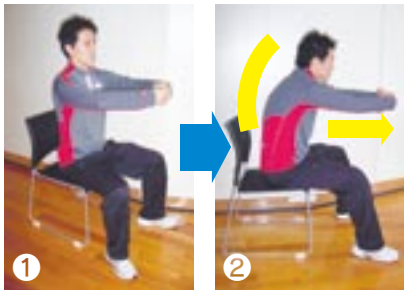
みなさん、疲れた時にどのような休養を取っていますか？休養には、睡眠を取るなど休むことで心身の疲労を回復させる「消極的休養」と、運動などで疲労した体を軽く動かすことで疲労を回復させる「積極的休養」があります。今回は、この積極的休養「アクティブレスト」について紹介します。

アクティブレストは、全身の血行が促進されて筋肉の硬直が緩み、体内に蓄積された疲労物質の除去を促す効果があるといわれています。みなさんも長時間歩いたり運転したり、デスクワークなどをしたりして、翌日に肩や腰に痛みを感じた経験があると思います。この時、みなさんは「消極的休養」をしている人が大半ではないかと思います。実は、このような時こそ「積極的休養」をすることが良いといわれています。

【自宅や出先でできる簡単な肩こり、腰痛の改善法】

●肩甲骨周囲のストレッチ

手を肩の高さで組み、背中を丸めるようにして手を前に伸ばします（写真①→写真②）。
〈ポイント〉
▽肘は完全に伸ばさず、少し緩めます
▽呼吸を止めずに30秒ほど実施します
▽肩を回したり、肩を前後に動かしたりするだけでも十分です



●腰周囲のストレッチ

椅子に座り、体を脱力させ、前に倒します（写真③→写真④）。
〈ポイント〉
▽写真④の時は頭を下げて実施します
▽椅子には浅く座ります
▽起き上がる時は腰から起き上がり、最後に首を起こします
▽呼吸を止めずに30秒ほど実施します



ストレッチ以外にも軽いウォーキングなども効果的です。みなさんもぜひ、日常生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。

■問い合わせ先 宗像ユリックス・アクアドーム ☎(37) 1377



国・県などから

福岡教育大学
「教育週間2012」

●主催 同大学
●日時／内容
▽6月1日（金）午後2時20分／「将来への道しるべ」
▽6月7日（木）午後2時20分／「落語会&

講演会&模擬記者会見
●講師 立川生志さん（落語家）
●受講料 無料
＊詳しくは、同大学HP
<http://www.fue.ac.jp>を参照
●問い合わせ先 同大学連携推進課
☎(35) 1238

6月1日は
「人権擁護委員の日」
法務総合相談を開催

●主催 福岡法務局
●日時 6月1日（金）午後2時
▽受付 午前9時30分～午後2時

▽実施 午前10時～午後3時
●場所 宗像ユリックス・第5（9）会議室
●相談員 弁護士、公証人、人権擁護委員、法務局職員他
●相談内容 不動産の売買・賃貸借、金銭貸借、相続、結婚、離婚、交通事故、いじめ、虐待、DV、差別など
●相談料 無料
●問い合わせ先 同法務局人権擁護部
☎092（832）4311
▽市人権対策課
☎(36) 1270

大島のかんきつ類で 特産品を開発



市では、大島、地島と島外の人との交流や環境の保全、ボランティア活動の推進など、離島振興に寄与する活動に「元気な島づくり事業補助金」を交付して、活動を支援しています。

また、オリジナルのパッケージやシールなどにも工夫を凝らして製造しました。市役所の福祉売店「ハートループ」などで7月ごろから販売を開始する予定です。

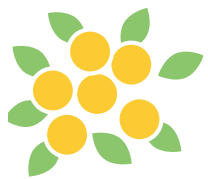
さつき会では本年度も引き続き、宗像の素材を使って話題性のある商品を開発していきます。

大島や地島を舞台にした市民活動団体などのさまざまな取り組みに活用を進めています。

大島では、かんきつ類を生産する人の高齢化が進んでいるため、さつき会のメンバーである障がい者のみなさんが、働く場として収穫や出荷作業の手伝いをするともに、専門家を招いて島の資源を生かした話題性のある特産品を開発しています。今回、大島のかんきつ類を



大島のかんきつ類で作ったドレッシング



使ったドレッシング、フルーツソース、焼き肉のたれ、甘夏風味の鶏肉の真空パック詰めなどを開発。かんきつ類の香りを生かした商品に仕上がりました。

また、オリジナルのパッケージやシールなどにも工夫を凝らして製造しました。市役所の福祉売店「ハートループ」などで7月ごろから販売を開始する予定です。

さつき会では本年度も引き続き、宗像の素材を使って話題性のある商品を開発していきます。

大島や地島を舞台にした市民活動団体などのさまざまな取り組みに活用を進めています。

平成24年度 調理師試験

日時 7月29日(日)
午後1時～同3時

場所 西南学院大学
(福岡市早良区西新6・2・92)

受験要件 多くの人に
対して飲食物を調理し
て供与する給食施設か
営業施設で2年以上の
調理業務に従事した経
験がある人

願書受付期間 5月28
日(月)～6月1日(金)

願書提出先 住所地か
就業地を管轄する保健
福祉環境事務所

福岡市、北九州市の提
出先は問い合わせを
受検手数料 6100
円

伝言板

憲法と原発問題を 考える学習講習会

主催 むなかた九条の
会

*市、市教育委員会後援
日時 6月3日(日)
午後1時30分～同3時
30分

会場 赤間西コミセン
1階・ホール

内容/講師
▽平和憲法の今日的意義

合格発表日 8月23日
(木)

問い合わせ先
宗像・遠賀保健福祉環
境事務所健康増進課

☎(36) 2366

について/石村善治さ
ん(福岡大学名誉教授)

▽原発を巡る法的諸問題
について/堀良一さん
(弁護士、玄海原発訴
訟弁護団)

参加費 500円(資
料代他)

問い合わせ先
同会事務局(伊藤)

☎(32) 3377

行政書士による 交通事故無料相談会

主催 県行政書士会

日時 6月9日(土)
午前10時～午後4時

会場 県行政書士会館
(福岡市博多区東公園
2・31)

相談内容 示談書や損
害賠償請求書の作成、
保険請求手続きなど

問い合わせ先
同会

☎092(641) 2
501

オオヤマレンゲ 観賞登山参加者募集

主催 宗像ハイキング
クラブ

日程 6月16日(土)

*小雨決行

時間
▽集合 午前6時50分/
旧中央公民館(須恵)

▽出発 午前7時

▽解散 午後7時30分

目的 地 合頭山、獅師
山(大分県九重連山)

内容 「深山の貴婦
人・白い恋人」といわ
れているオオヤマレン
ゲの観賞登山など

定員 先着30人

参加費 実費(300
0円)～4000円)

*弁当持参

*登山は4時間程度

申込締切日 6月8日
(金)

申込・問い合わせ先
同クラブ(赤塚)

☎090(1192)
5951

緑化講習会 受講者募集

【講習①】

日時 6月22日(金)

午前9時30分～正午

午後1時30分～同4時

会場 宗像ユリックス

定員 先着各40人

【講習②】

日時 6月24日(日)

午前9時30分～正午

午後1時30分～同4時

*月曜日休館

会場 県緑化センタ
(久留米市田主丸町益
生田1125)

定員 先着各40人

【講習③】

日時 7月13日(金)

午後1時30分～同4時

会場 筑豊ハイッ(飯
塚市仁保8・30)

定員 先着35人

【①②③共通事項】

主催 県緑化センタ
内容 庭木の剪定(せ
んてい)の仕方

*講習②では、マツのみ
どり摘みを実施

参加費 無料

申込方法 6月1日
(金) から同センタ
管理事務所☎0943
(72) 1193へ電話
で申し込む

インターネット接続 理解して 契約していますか?

転ばぬ 先の杖

☎(33)5454



でばんじちゃん



市内でも光回線の整備が進み、インターネット光通信サービスの相談が増えていきます。中でも、サービス内容がよく分からないまま契約した高齢者からの相談が目立っています。

事例

「電話やインターネットを光回線にしないか」

アドバイス

「固定電話が使えなくなる」という話には根拠がなく、中には資料の送付を承諾しただけで、契約になってしまったというケースもあるので注意が必要です。事例のように、



グ・オフ(8日間の無条件解除権)はなく、解約時に違約金や元の回線に戻す工事費用を請求される場合があります。「他社より安い」「電話代が安くなる」などの説明につられて即決せず、慎重に検討しましょう。

日ごろの電話やインターネットの使い方を考え、自分に合ったサービスを選び、必要がなければはっきりと断ることが大切です。一般的に、動画や音楽をよくダウンロードする場合は光回線、ホームページの閲覧やメールしか利用しない

第2・第4土曜日電話相談

市消費生活センターでは、4月から月～金曜日の相談に加えて、毎月第2・第4土曜日に電話相談を始めました。ぜひ利用してください。

時 間 8:30～17:00 ☎(33)5454



身近な森林浴に最適

ふれあいの森で健康ウォーキング

今回は、4月7日に開かれた散策イベント「The 宝探し in ふれあいの森」を市民記者が取材。イベントを通じて「ふれあいの森」の素晴らしさを紹介します。



第62回

このコーナーでは、健康づくりに取り組んでいる元気な市民や団体のみなさんを紹介しています。

健康づくり課 ☎(36) 1187

地図を頼りに散策路で宝探し



地図と看板を頼りに宝探し

地図を頼りに宝探しを楽しみながら、ふれあいの森の散策路を歩くウォーキングイベント。設定された約3キロのコースの途中に10個の宝箱が置かれ、その中にあるクイズを解きながら歩いていきます。

出発点は、ふれあいの森西側のわんぱく広場横。設定された時間に近いほど点数が高いタイム得点30点、とクイズ得点70点の合計100点満点を目指して参加者がスタートしました。

参加者は、親子や友人同士など20組約50人。私は、大島から参加した小学5年生の豊福晃基(こうき)くんとお母さんのペアに、カメラ片手につ

県の森林浴百選にも選ばれています



森の中は、池と木立と山道だけ。設置されている看板や道標だけが頼りです。安心して歩ける森

の中の散策路は、木漏れ日が差してとても爽やかです。しばらく歩いて、杉の

歩いてきました。

多目的グラウンドのあずまやで、晃基くんが最初の宝箱を発見。クイズが書かれたカードには「目の前の芝生広場を見よ。植えてある木の名前を答えよ」とあります。お母さんが「桜、桜!」と絶叫します。芝生の周りに、ちょうど満開を迎えたたくさんの桜。晃基くんは解答用紙に「さくら」と書き込んで、さあ次の宝箱探しへ。



望みの丘展望台から見る市内の景色

本立の根元に2番目の宝箱を発見しました。「次の中で一番高く伸びる木はどれか。①ケヤキ②クスノキ③スギ」というクイズに、お母さんも「うん」とうなづいていました。さて、答えは…?

宝箱の「この森にはいろいろなドングリが落ちていて、種類が違うドングリを3種類集めよ」の指令では、私も一緒に頑張って探し歩きましたが、なかなか見つかりません。お母さんが晃基くんに「見つけたぞ!」と他で

声がするかもしれないから、良く耳を澄ましていてね」と、目だけでなく耳で探す方法を伝えました。その後、「望みの丘展望台」を過ぎて下る途中で3種類以上のドングリを見つけ、3人で大喜びしました。

公園内には、市の健康づくり課が作った看板が4カ所に設置され、健康づくりお薦めコースや消費カロリー、ストレッチ

健康づくりを紹介した看板が好評



公園内には、市の健康づくり課が作った看板が4カ所に設置され、健康づくりお薦めコースや消費カロリー、ストレッチ



森林浴百選にも選ばれたふれあいの森

公園は、市が市民の健康づくりと余暇の利用に役立てようと平成10年に整備し、平成22年度から指定管理者として宗像緑地建設株式会社に委託しています。利用料は、多目的グラウンド以外は全て無料です。面積は約49・1ヘクタールで、散策路の総距離は4641メートル。県の森林浴百選の野鳥観察コースにも選ばれています。

選の野鳥観察コースにも選ばれています。

り、子ども連れのお母さんたちに好評でした。この日のイベントを主催した宗像緑地建設の藤野愛さんは「今日を皮切りに本年度は6回のイベントを開きます。ふれあいの森でみなさんを待っています」と呼びかけていました。

イベントが午前中に終わったので、持参したおにぎりを取り出し、先ほどの桜の丘に登って一人で花見をしました。いい汗を流した後のおにぎりはとてもおいしく、「また来ようかな」と思いながら、眼前に広がる宗像の景色を楽しみました。(市民記者・真嶋賢一)

楽しみながら健康づくり



豊福保健師

保健師からの一言

ふれあいの森に行くと、芝生広場や遊具で楽しく遊ぶたくさんの親子連れを見かけます。また、森の中をウォーキングやジョギングする人もいて、いろいろな人がこの森を訪れています。

その「ふれあいの森」に、健康づくりに役立ててもらおうと健康づくりの啓発と推進を目的にした看板を4カ所設置しました。

芝生広場には、子どもが遊んでいるのを見守りながら、「美脚」になる運動をしてもらえたらと考えた看板(写真下)や、親子と一緒に遊びながら筋力を鍛える動きを紹介した看板があります。みなさんも看板を見て、芝生の上でのびのびと大きく体を動かしてみませんか。

また、ふれあいの森を散策する人に、健康に役立つ情報として各地点への距離や消費カロリー、健康づくりワンポイント情報などを表示したウォーキング看板を設置しています。現在3カ所に設置していますが、今後少しずつ増やしていく予定です。

森の中を歩けば森林浴も楽しめます。青空の下で思いっきり体を動かすと、気分も爽快になります。ふれあいの森では、今後もいろいろなイベントが実施されます。みなさんも、楽しみながら健康づくりができる「ふれあいの森」に出かけてみませんか。

●24年度ふれあいイベントスケジュール

▽6月9日(土) / 樹名板作り&植樹イベント

▽7月28日(土) / 昆虫観察会

▽9月末 / ニュースポーツ大会

▽11月末 / たこあげ大会

▽平成25年3月 / 自然散策イベント

*詳しくは、宗像緑地建設株式会社HP<http://www.oftree.co.jp/fureai/>で確認してください



美脚効果も期待できる「足腰使って筋力アップ」の体操が掲載された看板

舞台裏

■金海市との姉妹都市締結から20年。当時は新入職員だった久々の同期会で20年の祝杯。同じ平成4年に開館した正助ふるさと村や宗像ユリックス全施設オープンなど、準備や記念イベントに関わった当時の話で盛り上がりしました。職員として「成人」を迎えた今年、みんなでもう一段成長したいと思います。(あ)

■2年間の民間企業出向を経て4月に市役所に復帰しました。勝手知ったる市役所のはずが、システムが変わっていたり、知らない人が増えていたりで浦島太郎状態に。とともに、違和感を覚えることもしばしば。周囲のおかげで勘を取り戻しつつありますが、違和感を失わず、変える力にしたいと思っています。(の)

■4月から広報の担当になりました。よろしくお願ひします。初めての取材は5年ぶりに開かれた「筑前大島マラソン」。碧い空と海をバックに、参加者のみなさんが快走する中、私はカメラを片手に必死に取材。翌日、筋肉痛で苦しみました。取材に耐えられる体力づくり。まずは、ウォーキングから始めます。美脚効果にも期待です。(ま)