

むなかた タウンプレス

宗像市公式ホームページアドレス
http://www.city.munakata.lg.jp/
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：秘書課広報・報道係
☎0940-36-1055 FAX 0940-37-1242

毎月1日・15日発行 平成24年10月15日号

今月の紙面から	
コミセン整備、火葬場施設整備事業に「かのご債を2億円発行」	2
安全・安心に向けて「総合防災訓練」	3
宗像カプロジェクト ムナカタのミカタ	17

船の神様・船霊様、「時間旅行ムナカタ」	4
南半球の国、ニュージーランドへ行ってきました	7
一人ひとりが個性と能力を発揮できる社会を目指して、「メッセージ」	11
マイバッグを持って買い物に行こう	12
来館5万人も達成「夏休みの海の道むなかた館」	15
元気なうちに介護予防教室へ「健康むなかた21」	18

1~3	4~9	10	11	12,13	13~17	18
行政	学びの里	カレンダー	男女共同参画	環境	お知らせ	健康・福祉

第9回日本の次世代リーダー養成塾

今年のテーマは エネルギーの未来を考える

この養成塾は、全国の高校生や海外留学している高校生が、各界で活躍する講師の講義や多彩なイベントを通じて学ぶサマースクールです。9回目の今年は、グローバルリーナをメイン会場に7月27日から8月9日まで開催され、165人の高校生が参加しました。

《高校生と一緒に受講する公開講座》
養成塾のメインイベントであるこれからの日本のあり方について議論する「ハイスクール国会」。今年のテーマは「エネルギーの未来を考える復興会議」。塾生たちは、高校生の発想でこれからのエネルギーのあり方を考えました。

また、期間中に塾生は、各界で活躍する24人の講師の講義を受講し、幅広い分野の理解を深めました。このうち、元国連事務次長の明石康さんと独立行政法人宇宙航空研究開発機構シニアフェローの川口淳一郎さんの講義が市民に公開されました。

明石さんは「国際社会で生きていく上での虎の巻はない。それぞれ自分たちが生活の中で考え、悩みながら発見していくしかない」。川口さんは「二芸に秀でることが突破口を生む。若い人たちは常に動いて、その人なりでいいので新しい1ページを探してほしい」と塾生に熱い

ハイスクール国会で熱く議論する塾生たち



入塾式であいさつする伊藤さん(左端)と山本さん(右端)



《被災地から参加の塾生たち》

塾生の中には、東日本大震災で被災した岩手県と福島県の高校生10人が、宗像市や多くの企業からの助成や協賛を受け、無償で参加。避難所が津波で流されたため、防災マップが機能しなかったことやガレキの中にある遺体を傷つけるため、震災直後は重機でのガレキの撤去ができなかったことなど被災地の体験を発表しました。

福島県立双葉高校2年の山本未来(みき)さんは「塾生のみならず将来の夢を語り合うことができ、自信をもらいました。将来は高校の国語教

《市内の高校生も参加》



夢を語る石井さん

また、岩手県の私立盛岡スコール高校2年の伊藤藤陸さんは「海外経験のある塾生たちから、いろいろな価値観や意見を聞き、刺激を受けました。将来は美術教師になりたいと思っています。塾に参加して、その思いが強くなりました」と話してくれました。



目標宣言をする大平さん

市内の高校から、石井結花(ゆうか)さん(宗像高校2年)と大平樹(たつき)さん(東海第五高校1年)が参加。石井さんは「各講義後に実施されたディスカッションでは、最初は自分の意見が言えませんでした。しかし、他の塾生のいろいろな意見を聞き、自分の意見をみんなが聞いてくれたので、最後は楽しくな



卒業証書を受け取る 松崎さん(右)

たにいいブログ・フォト日記

広報紙15日号で毎月、市HP <http://www.city.munakata.lg.jp/> に掲載している市長ブログを紹介しています。
■問い合わせ先 秘書課秘書係 ☎(36)0890



親子で楽しそうに過ごす参加者

9月26日(水)、メイトム宗像内にある子育て支援センター「ふらこっこ」で開催された満1歳のお誕生会に行ってきた。参加者は、親子で一緒にふれあいや遊び友達づくりをして過ごしていました。

市では、定住化を促進する一環で、子育てのしやすいまちづくりを進めています。子育て講座や絵本の読み聞かせ、みんなのひろば、妊婦と子どもなんでも相談室など、多くの子育て支援のプログラムを用意しています。これからも安心して子育てができる環境、子どもたちが思い切り遊べる環境づくりを進めていきたいと思っています。

「地元で課題を抱える被災地や沖縄の塾生たちと話をし、ニュースでは聞くことができないことを聞きました。また、合宿生活も楽しく、多くの友人ができました」と、2人とも充実感あふれる表情で話してくれました。

また、市内在住の福岡高校2年・松崎拓哉さん(自由ヶ丘)も参加。学級委員長の役を担った松崎さんは「塾生をまとめることは大変でしたが、まとめるための心得を学ぶことができました。この塾で出会った塾生とは、これから夢を達成する上で助け合っていければいいなと思っています」と話してくれました。

問い合わせ先
市民活動交流室
☎(36)0311

広報・報道係では、常用漢字と新聞用字用語集を基本に、市独自の用字用語を定めて編集しています。電話=☎、ファックス=☎、メール=✉、ホームページ=HPとして表記しています。また、市民のみなさんの居住地は、コミュニティ地区名で表記しています。

コミュニティ・センター整備事業、火葬場施設整備事業など合併特例事業に

かのこ債を2億円発行

■問い合わせ先 ▽かのこ債=財政課 ☎(36)1104
▽購入=北九州銀行宗像支店(赤間駅前1丁目4番34号) ☎(38)0511

市が発行する**住民参加型市場公募債**です。
市の花「かのこゆり」にちなんで、

かのこ債とは？
かがかやく
のびやかなまちづくりに
こうぼ債

と、愛称がつけられています。平成18年から発行し、今回が7回目の発行となります。

- ▽資金の使用目的
①コミュニティ・センター整備事業(河東・自由ヶ丘・南郷地区)
②火葬場施設整備事業
- ▽発行日 11月30日(金)
- ▽発行総額 2億円
- ▽償還期限 5年(満期一括償還)
- ▽発行価格 額面100円につき100円
- ▽償還価格 額面100円につき100円
- ▽利払日 毎年5月と11月の末日(年2回)
- *銀行休業日の場合は、前銀行営業日
- ▽購入限度額 1人200万円まで(10万円単位)
- ▽償還日 平成29年11月30日(木)
- *利率は10月17日(水)午前9時ごろに決定。詳しくは、市HP <http://www.city.munakata.lg.jp> ↓「市内にお住まいの方」↓「市政情報」↓「市の財政」で発表(財政課へ電話で問い合わせも可)

往復ハガキ記入見本

<p>《 返信面 あて先 》</p> <p>郵便番号がき</p> <p>返信</p> <p>郵便番号を忘れずに記入してください</p> <p>申込者の住所</p> <p>申込者本人様</p>	<p>《 往信面 裏面 》</p> <p>ふりがな</p> <p>①申込者本人の氏名</p> <p>②申込者本人の住所</p> <p>③申込者本人の生年月日</p> <p>④電話番号(携帯可) *昼間連絡の取れる番号を記入してください</p> <p>⑤購入希望金額 (10万円単位で10万円~200万円まで)</p>
<p>《 往信面 あて先 》</p> <p>郵便番号がき</p> <p>往信</p> <p>宗像市役所 財政課</p> <p>「かのこ債」受付係</p>	<p>《 返信面 裏面 》</p> <p>< 記入不要 ></p> <p>住所不要</p> <p>*抽選結果をお知らせする時に、市が使用します</p>

●往復ハガキの注意事項
▽抽選で購入者を決定する場合、2次当選の連絡をすることがありますので、昼間連絡の取れる電話番号を記入してください
▽必ず、10月17日(水)に市が発表した利率を確認の上、応募してください

発行内容

市では、住民参加型市場公募債「かのこ債」を発行します。かのこ債は、市民のみならず、市が実施する事業の資金提供者となつてもらい、市の施策に関心をもち、積極的にまちづくりに参加してもらつてもらうことを目的としています。今回は、「コミュニティ・センター整備事業(河東、自由ヶ丘、南郷地区)」や「火葬場施設整備事業」に、2億円の「かのこ債」を発行します。

応募要件

▽市内在住で20歳以上の人(平成4年10月17日以前に生まれた人)
▽市内に営業拠点のある法人

応募方法

往復ハガキに必要事項を明記(左記参照)し、財政課へ郵送で申し込んでください(1人1通のみ)。申込後に、購入金額の変更はできません。
▽必ず、10月17日(水)に市が発表した利率を確認の上、応募してください

無効になる場合

▽応募要件を満たしていない
▽往復ハガキの「往信面の裏面」「返信面のあて先」などに記入漏れや誤りがある
▽往復ハガキ以外での申込
▽1枚の往復ハガキで複数人の応募
▽その他不正などを確認
*往復ハガキの申込記載内容

抽選日時

▽11月1日(木) 午前9時
市役所北館・202会議室
なお、抽選の結果は、申込者全員に返信ハガキでお知らせします。
*抽選の結果は、電話などでの問い合わせ不可

抽選で決定

申込総額が2億円を超えた場合は、抽選で購入者を決定します。

当選者の購入手続き

▽購入時の注意事項
当選ハガキを受け取った人は、北九州銀行宗像支店(赤間駅北口)での購入手続きとなります。
▽購入時に必要なものは
①市から送付された当選ハガキ
②購入代金
③本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
④北九州銀行の普通預金通帳(すでに持っている人)
⑤印鑑(すでに通帳を持っている人)

【かのこ債の特徴】

▽振替債扱いで安心
「かのこ債」は、債券口座で管理する「振替債」として発行するので、万一の盗難や火災などでの紛失の恐れがなく、利息や元金が指定口座に自動的に振り込まれます
▽5年満期の確定利回り
利率は固定です。年2回(5月と11月)利息の支払いがあり、元金は5年後に一括して返済されます

▽マル優・マル特制度が利用できます
受け取る利息は、利子所得として20・315パーセント(所得税および復興特別所得税15・315パーセント)が源泉徴収されます。また、体の不自由な人などが購入する場合、マル優(少額貯蓄非課税制度)、マル特(少額公債非課税制度)を活用することができます。詳しくは、北九州銀行に問い合わせください。

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

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。

墓地代 1区画 (永代使用料)
144,000~264,000

- 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

お申し込み・お問い合わせは
宗像聖地霊園 ☎0940-62-1566

【お知らせ】連載中の「国保の現状と未来」は、10月15日号はお休みします。

■問い合わせ先 国保医療課 ☎(36)1363

9/1防災の日 安全・安心に向けて 総合防災訓練

市や関係機関、自主防災組織が合同で、防災の日の9月1日、総合防災訓練を実施しました。合同で実施する防災訓練は今回が初めてです。

震度5弱の地震が発生し、津波警報が発令された想定して午前9時から訓練を開始。

自主防災組織の役割は情報伝達と情報収集。沿岸部では津波に備えた避難を実施しました。

訓練を通して、連絡網の不備など、各自主防災組織の改善点も見つかっています。今後も継続した訓練の必要性を感じました。

市災害対策本部では、市内全域の指定避難所を開設



倒壊家屋からの救出訓練

し、受入体勢を整えました。午後からは宗像ユリックスの多目的広場で、消防本部による倒壊家屋からの救出訓練や消防団による土のう作成訓練、日の里4丁目自主防災組織のバケツリレーでの消火やけが人の応急処置の対応訓練などを実施しました。

日の里4丁目自主防災組織本部長の柴田孝康さん(69歳)は「初めての訓練だったので、戸惑いもありました。本当に災害が起こったときに落ち着いてできるかは分かりませんが、冷静であることが大切だと感じました」。専門部会長の三好与四郎さん(65歳)は「良い勉強になりました。またこのような機会があれば参加したいですね」とさらに防災への意識が高まったようでした。

訓練を見に来ていた安東さん(東郷・63歳)は「今、いろいろと災害が起こっているのを見ておかなければと思い、見学にきました。今日、訓練している姿を見て感激しました。みなさん普段から訓練していて、心強いなと感じました」と話し

「自分の命は自分で守る」 総合防災訓練に 参加しました



市総合防災訓練が9月1日「防災の日」に、宗像ユリックスの多目的広場で実施されました。

昨年の東日本大震災の現状を踏まえ、陸上自衛隊、宗像警察署、福岡県北九州市土整備事務所宗像支所、九州電力福岡営業所、宗像市食生活改善推進会、日の里4丁目自主防災組織、宗像地区消防本部、宗像市、宗像市消防団、総勢500人が参加し、それぞれの訓練種目に分かれて、万が一の災害に対応できるよう、参加者全員集中して訓練を実施。女性消防団員も、とても貴重な体験と勉強をさせてもらいました。



災害時に使えるライトを配布

また、東日本大震災で使われた自衛隊の炊飯車両の展示や仮設テントの中に設置されている風呂、シャワーなども見学しましたが、極寒の中で被災した住民のみなさんの疲れを癒やしてくれたのだろうと思うと胸が熱くなりました。

みなさんが住んでいる地域には、コミュニティを中心とした自主防災組織があり、定期的に訓練を実施しています。「自分の命は自分で守る」ことや、助ける大切さを再確認するためにも、ぜひ、時間を見つけて参加する機会をつくってください。

(女性消防団員広報班・真鍋久美子)

■問い合わせ先 生活安全課 ☎(36)5050

環境整備ボランティア作業実施のため さつき松原 車両通行止め

●期間 11月4日(日) 8:00~17:00
●区間 江口・市道光星原10号線付近~上八交差点
●対象 指定車や許可車、軽車両を除く全車両

■問い合わせ先
▽自然環境課 ☎(36)1130
▽宗像警察署 ☎(36)0110

■問い合わせ先 生活安全課 ☎(36)5050



バケツリレーでの消火訓練

市民課窓口から

コミセンで 「住民票の写し」や 「印鑑登録証明書」の 即時交付サービス

コミュニティ・センターと市民課窓口間では、テレビ電話を使っての本人確認で「住民票の写し」や「印鑑登録証明書」を交付することができま

●利用できるコミセン
吉武、赤間西、赤間、自由ヶ丘、南郷、東郷、日の里、池野、岬、玄海

*大島地区は大島行政センターで、これまでと同様の交付サービスを継続

*河東地区は平成25年、コミセンの新築オープン時にサービスを開始予定

●利用日時 火・金曜日の午前9時~午後5時

*祝日、8月13日~15日、年末年始を除く

●その他
①本人確認書類は、運転免許証など顔写真付きの証明書は1点、健康保険証

②印鑑登録証明書を請求する場合は、印鑑登録証(カード)が必要

③コミセンでの証明書の請求は、同じ世帯の人のみ

④同じ世帯でない人の証明書の請求は、市民課窓口(市役所本館1階)で請求を。その場合、窓口に来る人は本人確認書類と

⑤住民登録をしている外国人も「住民票の写し」の交付請求可

次のものを持参
▽住民票の写し 証明書の必要の人が自筆で記入した委任状
▽印鑑登録証明書 証明書の必要の人が印鑑登録証(カード)

■問い合わせ先 市民課市民係 ☎(36)1126

サニックスカップ U-17 国際ハンドボール交流大会 2012

平成24年10月19日(金)~21日(日) 入場無料

会場 ○グローバルアリーナ ○九州共立大学 福原鶴鳴記念館 ○鞍手町立体育館

10月19日(金) 代表者会議、開会式、予選リーグ1日目
10月20日(土) 予選リーグ2日目 ・ 10月21日(日) 順位決定戦、表彰式

〒811-4153 福岡県宗像市吉留 46-1 TEL 0940-33-8400
大会公式ホームページ <http://sanix-soprts.info/handball/>



船の守護神

船の神様 船霊様

海に生きる漁師や船乗りは、航海安全を祈って船霊様(ふなだまさま)という船の守護神を信仰してきま...

澄んだ音が聞こえ、船の右から聞こえるので右をのぞくと左から聞こえ、左をのぞくと右から聞こえ、二人が同時に両側をのぞくと船首(せんしゅ)の方向から聞こえてくる。いくら探しても姿は見えなかった」と書かれています。

一般的な船霊様 日本では一般的な船霊様の形には、祠(ほこら)のようないな家形のタイプ(写真①)があります。

宗像沿岸の船霊様 「カザリ」という彫り込みがさられ、帆柱を入れる筒を固定する「筒挟み(つつばさみ)」という部...



写真①一般的な船霊



われ、閏年(うるうどし)には13枚納めます。木造船の時代は、船の中心部にあたる帆を立てる場所を長方形にくり抜き、そこに船霊様をはめこんでい...



写真②宗像沿岸の船霊



本の素晴らしさを知ろう「読書週間」

終戦の2年後の1947年、まだ戦争の傷跡が日本中のあちこちに残っている時に「読書の力で、平和な文化国家をつくらう」と、出版社、取り次ぎ会社、書店と図書館が力を合わせ、そして、新聞や放送のマスコミも一緒になり、第1回「読書週間」が開かれました。



第1回「読書週間」は11月17日から同23日でした。これは、アメリカの「チルドレンズ・ブック・ウィーク」が11月16日から1週間であることに倣(なら)ったものです。

それから60年以上が過ぎ、「読書週間」は日本中に広がり、日本は世界の中でも「特に本を読む国」となりました。

今年の「読書週間」が、みなさん一人ひとりに読書の素晴らしさを知ってもらおうきっかけとなることを願っています。

【秋の夜語り】

図書館では、大人向きのおはなし会「秋の夜語り」を11月16日(金)に開催します。耳で聞く「お話」を想像する楽しさは、子どもだけのものではありません。

- 日時 11月16日(金) 18:50開場、19:00~20:30実施
●場所 宗像ユリックス図書館
●語り手 むなかた語りの会

■問い合わせ先 宗像市民図書館 ☎(37)1321

特徴的なのは、人形などの御神体を入れず、その代わりに御神入れ(ごしんいれ)という儀式をすることです。造船での儀式で、船霊ごめともいわれます。

まず船大工が、木で写真②のような形を作ります。この段階では、船霊様は宿っていません。船の進水式の前後、左右にノミで×印の刻みを入れることで、

船霊様が宿った御神体となります。海の道むなかた館では、大陸と交流した宗像人の歴史を学ぶことができます。今回紹介した船霊様も展示していますので、ぜひ、来てみてください。
*参考文献は楠本正1993「玄界の漁撈(ぎよろう)民俗」(文化財職員・氏原知行) 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

インドア テニス スクール 生徒募集中!!

11月18日迄に入会手続きをして頂くと、入会金2,100円が無料に!

さらにテニス用品購入費用10,000円分の商品券を進呈!

但し、ジュニア会員は5,000円分。グローバルアリーナテニスショップでのみ使用可。

無料体験受付中!! お気軽にお問合わせ下さい!! 初心者クラス・悠悠クラス特別割引あり

フットサルチーム会員募集中!!

フットサルコートが

砂入り人工芝になりました。

11月18日迄に入会していただくと

入会金8,400円が無料に!



宗像市吉留46-1 TEL.0940-33-9680

URL:http://www.g-arena.com

E-mail:tennis@g-arena.com



沖津宮

前回は、今後世界遺産へ登録していくべき構成資産の決定について報告しまし



構成資産の選定理由

沖ノ島は、朝鮮半島と九州の間に位置し、四世紀から九世紀末まで、対外交渉の成就と航海の安全を祈って国家的祭祀が実施された島です。島の中腹にある巨岩群から23カ所の祭祀(さいし)遺跡が確認さ



中津宮

れ、発掘調査で出土した約8万点の遺物は国宝に指定されています。国家形成期から遣唐使の時代に至る

《沖ノ島》
沖ノ島は、朝鮮半島と九州の間に位置し、四世紀から九世紀末まで、対外交渉の成就と航海の安全を祈って国家的祭祀が実施された島です。島の中腹にある巨岩群から23カ所の祭祀(さいし)遺跡が確認さ

500年間にわたる遺構と埋蔵資料が良好に保存されている、初期祭祀の変遷過程を示す貴重な遺産です。

《津屋崎古墳群》
(新原・奴山古墳群)
新原・奴山古墳群は、五

《宗像神社(宗像大社)》
沖ノ島の沖津宮、大島の中津宮、本土田島の辺津宮の三宮からなる神社です。沖ノ島祭祀を起源として、「海北道中」という海域を守る「道主貴(みちぬしのむち)」と称される宗像三女神を祭る、島伝いの壮大な三宮の神社へと発展を遂げた、特異な資産です。

世紀前半から六世紀後半にかけて築造され、前方後円墳5基、円墳35基、方墳1基の計41基からなり、海を望む台地に築かれていま

《新原・奴山古墳群》
新原・奴山古墳群は、五

今後は、この3つの資産を中心に緩衝地帯を設定し、平成26年の推薦書提出を目指して進めていきます。

多くの人が集まった大赤間展

宗像市原動機付自転車ナンバープレート まもなく誕生!

オリジナルナンバープレートは、宗像市が、県内では大野城市に次ぐ2番目の導入自治体になります。市民投票で決定したデザインは市広報紙で発表。交付は来年6月からを予定しています。新規発行者と変更希望者を対象に交付します。また、交付前には希望する番号を抽選で事前予約できる期間を設けますので楽しみにしてください。



以下の要領で、宗像市のオリジナルナンバープレートを選ぶ市民投票を実施しています。みなさんの投票を待っています。

- 投票要件 市民 *投票は1人1回
- 投票方法 10月23日(火)までに、専用用紙かハガキに①A~Cのデザイン案いずれか1点②住所③氏名(フリガナ)④電話番号を明記して、次のいずれかの方法で申し込む
- ▽市役所総合案内、海の道むなかた館、各コミセンに設置の投票箱に投かん
- ▽郵送(〒811-3504/深田588/海の道むなかた館「ナンバープレート市民投票係」)*郵送は10月23日(火)必着
- *専用用紙は広報紙10月1日号と一緒に配布か、市役所、海の道むなかた館、各コミセンに設置
- その他 投票者の中から抽選で50人に、採用作品のデザインが入ったオリジナルクオカードを進呈(当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます)
- 問い合わせ先 世界遺産登録推進室(海の道むなかた館内) ☎(62)2617

時代の証人「赤間宿」大赤間展

宗像ユリックスの市民ギャラリーで8月17日から同19日まで大赤間展が開かれました。市内外から1600人が訪れ、明治維新の赤間宿の歴史に浸りました。

大赤間展は、幕末から明治にかけて、赤間に関する資料や遺産を展示。日本の近世国家樹立の黎明(れいめい)期に「赤間」という宿場町が果たした役割と、明治維新に関わった人物を広く市民のみなさんに知ってもらい、子どもたちや次世代の人たちに誇りと自信を持って語り継いでほしいと企画されました。

目玉は、福岡藩主の黒田藩別邸「御茶屋」の復元鳥瞰(ちよわかん)図で、今回が初披露。古図面は、小郡市の九州歴史資料館収蔵庫で、本陣の間取りや仕様が記された黒田藩御用大工の古文書を発見。これを基に、鳥瞰図を作成。展示品は、随所にみなさんの熱意やアイデアが盛りこまれたものばかりでした。



復元された表木門

さん(日の里・30歳代)は「表木門を見ると歴史を身近に感じられ、もともと多くの人に見てもらえればと思います。ボランティアの人の着物姿も歴史になじみやすさを感じました。資料館として保存、展示すれば、子どもたちの赤間宿歴史の勉強にもなるのでは」と話してくれました。

問合わせ先 世界遺産登録推進室 (海の道むなかた館内) ☎(62)2617

問合わせ先 コミュニティ課 ☎(36)5394

宗像シティボウル / 宗像バットイングセンター

まだまだあります **ボウリングの健康効果**

ボウリングで脂肪を燃やす!

ゆっくり、長く、軽く、飽きにくいボウリングで、脂肪をたくさん燃やしましょう! ボウリングならば単調な運動と違ってゲーム性が強く、面白いので、知らず知らず長時間運動できます。

ボウリングでストレス解消!

ボウリングは足腰の筋肉を緊張させ、正確なリズムを刻む助走が脳細胞を活性化します。また、ピン・アクションの幾何学的動きは、目と耳を楽ませてストレス発散と独特の開放感が味わえます。

TEL 0940-66-6888

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。

ボウリング 10:00~深夜2:00迄 (土日祝前日は深夜5時まで)

バッティング 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

Hello! Good Bye!
We enjoyed English Summer Camp!



いろいろな体験活動を楽しみました

市内の小学5～6年生を対象とした2泊3日のイングリッシュ・サマーキャンプ in むなかたを、8月20日から22日までグローバルアリーナで実施しました。子ども基本条例に基づき、子どもたちのコミュニケーション能力の向上や体験活動を目的とした事業で、今年初めての取り組みです。

多数の申込者の中から公開抽選会で選ばれた30人の子どもたち。親元を離れ、グローバル



入国手続きをする子どもたち

アリーナ国に入国し、英会話漬けの体験活動が始まりました。初日は緊張からか、英語の問いかけに対してなかなか返事ができませんでした。さまざまな活動に取り組むうちに、緊張も解け、休憩時には積極的に外国人スタッフとコミュニケーションをとる姿や、一緒に遊ぶ姿が見られるようになりました。

初日と2日目に実施した野外炊飯では、マッチでの火おこしや、包丁での野菜切り、まきでご飯を炊くなど、初めての体験をした子どもが多かったようです。みんなで力を合わせて



キャンプファイア

作ったカレーやピザをおいしそうに食べる姿がとても印象的でした。

2日目の夜のキャンプファイアでは、木の枝に刺したマッシュマロを直火で焼いて食べたり、外国の踊りを踊ったりして本当に楽しそうでした。その他にも物作り、英語でのじゃんけんや外国の遊び、オリエンテーリングなどを体験。また、3日間を通して英語の歌(チャンツ)と劇(スキット)に取り組みました。初日はどうしていいかわからない様子でしたが、最終日は、みんな堂々と大きな声で発表していました。子どもたちの成長を感じる瞬間でした。

3日間の活動を頑張った子どもたち。好天に恵まれ、真っ黒に日焼けした姿は、心も体もとても健康に見えました。素晴らしい仲間との出会いや多くの体験と思い出をお土産に、出国の手続きをし、元気に帰っていきました。

参加した赤間小学校6年の筋田千咲(ちさき)さんは「最初は、最後まで楽しめるか不安だったけれど、最後まで楽しんで良かったです。新しい友達もつくれました。英語もいろいろ覚えました。将来は外国に住みたくなりました。もっと外国のことが知りたくなりました」と大満足でした。

■問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36)1214



実験にビックリする子どもたち

世界一行きたい科学広場が宗像ユリックスで8月11日に開催されました。世界一行きたい科学広場 in 宗像実行委員会主催。子どもたちの夏休みの自由研究の参考にしたたり、五感を

通した「物作りの楽しさ」「科学や自然現象の不思議さ」を体験したりすること、科学好きな子どもたちが増えることを願って企画されました。東海大学福岡短期大学、福岡教育大学の11大学と、宗像高校、東海大五高校、企業では、ロボットで有名な株式会社社テムザックなどが参

加。ロボット操作、空気や音、光を使った実験、模型などの物作りと、自然科学から化学工学まで、体験や実験ができる約50のブースが会場いっぱいに出展されました。中でも行列のできたスライム作りは大人気で、常に50人待ちの状態。赤間西小学校の栗田瑞希さん(3年)と林真琴さん(4年)は「人が多く、並ぶのも大変だったけれど、スライム作りは混ぜる時が楽しかった。冷たい感じとプルプルした感触が気持ちが良い」と楽しんでいました。

(市民記者・岩元賢二) 問い合わせ先 教育政策課 ☎(36)5099

子どもも 大人も
世界一行きたい
科学広場
ビックリ

240人。東海大五高校の中村健人さん(3年)と竹森正人さん(2年)は「とても忙しかったが、子どもたちと触れ合えて楽しかった」と話してくれました。東海大学教授の滝川洋二さんによるサイエンスショーでは、風船を使って空気の重さの実験、発泡スチロールの板やペットボトルを輪切りにして空中に飛ばす実験をしました。1メートルの風船を背中にかけて人と人が反動で一步動き、空気の重さを実感。ペトボトルを輪切りにして飛ばすと、舞台から観客席まで20メートル近く飛び、会場から驚きの声があがりました。

国際交流
人気の金海農業技術センター植物園

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

金海市農業技術センターの植物園が、土に触れ花を育てる面白さを学ぼうとする人たちに大人気です。

現在、植物園とガラス温室、野菜用ビニールハウスなどで180種類の多様な植物が栽培されていて、月曜から土曜日の午前9時から午後5時まで、誰でも無料で植物を観察し、触れてみたり匂いをかいでみたりして、生命の大切さを学ぶことができます。

特に、国内3カ所ではしか開かれていない菊花盆栽教室は、受講生が昨年の50人から今年は80人に増え、場所が不足して受講生をこれ以上受け入れられないなど、大人気を呼んでいます。

金海平野で穀物が実り、空が日増しに高くなって行きつつある今日このごろ、幼い子どもたちの手を取って、農業技術センター植物園を訪ね、自然を感じてみるのはいかがでしょうか。

*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

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冊1月につき)	色数
広報紙	1号 縦 5.9cm 横 12cm	1枠当たり 20,000円	白黒1色
	2号 縦 5.9cm 横 24cm	1枠当たり 36,000円	白黒1色
ホームページ	規格	料金(1冊1月につき)	
	天地 縦 50ピクセル 左右 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	

*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

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

弁護士法人 奔流 LEGAL PROFESSIONAL CORPORATION HONRYU

法律事務所宗像オフィス

所長弁護士 関 五行 (福岡県弁護士会)

初回相談料無料 (1時間)

電話でご予約の上、お気軽にご相談ください。

宗像市赤間駅前1丁目4番7号赤間センタービル3階
TEL 0940-34-1110 FAX 0940-34-1100

弁護士法人奔流が運営する法律事務所 <http://www.bengoshi-honryu.com/>
(本部事務所) 福岡市東区馬出2-1-22 福岡五十蔵ビル2階 TEL092-642-8525

法律事務所宗像オフィス TEL0949-29-7457 法律事務所田川オフィス TEL0947-46-4655 法律事務所宗像オフィス TEL0946-23-9933 法律事務所飯塚オフィス・飯塚無料法律相談室 TEL0948-43-8050 TEL0948-43-8891

「南半球の国、少年少女海外派遣研修使節団 ニュージーランドへ行ってきました」



第20回宗像市

市では、異文化に触れることで国際的視野を持った次世代層の育成を目的に、市内の小・中学生を対象に、ニュージーランドの学校と交流事業を実施しています。

現地で団員たちは、日本とは違う言語や文化、生活習慣に触れ、ホストファミリーや現地交流校の生徒との交流を通して、コミュニケーションすることの大切さを肌で実感し、さまざまな人たちの温かい支えで、多くのことを学ぶことができました。

■問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36)1214

事前研修

選考試験を経て使節団員として選抜されたのは、小学6年～中学3年生の13人。ニュージーランドでの本研修を前に、6月から8月にかけて実施した全5回の事前研修では、互いの国について理解を深める研修や英会話研修、交流校のMt Roskill Intermediate School (MRIS) との交流に向けた研修を実施しました。

学年も学校も異なる13人ですが、事前研修を通して絆が深まってきました。第5回事前研修での結団式では、団員一人ひとりが力強く、本研修に向けて抱負を述べました。



▲一人ひとり抱負を述べる団員

ニュージーランドへ

8月16日から同23日は海外派遣の本研修。ニュージーランドのオークランド市を中心に機中泊や経由地泊の体験も含め、7泊8日の研修を実施しました。

期待を胸に円陣!

出発

出発式を8月16日に開催。団員は本研修への期待と不安を胸に、出発の時を迎えました。たくさんの人たちの見送りに応えながら、宗像市を後にしました。



ホームステイ

MRISに到着後、緊張の中、ホストファミリーと対面し、それぞれ各家庭へと向かいました。

5泊6日のホームステイでは、ニュージーランドの日常生活を送りました。食事の買い物やお手伝いをしたり、テレビを見たり、市内観光をしたり、ホストファミリーとの生活を満喫したようでした。

初めは言葉や文化、生活習慣の違いに戸惑い、苦しい思いをした団員もいましたが、言葉の壁を越え、積極的にコミュニケーションを取り、ホストファミリーとの絆を深めていました。



▲ホストファミリーとの生活を満喫

入国

11時間の長いフライトを終え、飛行機を降りると、そこは真冬のニュージーランド。気温の低さと周囲にあふれる英語に、外国の地に来たことを実感しながら入国審査へ向かいました。これから始まる異文化体験の期待感で、全員生き生きとしていました。

HELLO, NEW ZEALAND!



▲マオリの彫刻ゲートをくぐって入国審査へ

学校交流

学校交流のメインイベントである歓迎式典。MRISからは、先住民族マオリをはじめとした、さまざまな民族的な歌と踊りが披露されました。

宗像市の団員たちも、立派に出し物を披露しました。衣装もばっちり決めたダンス、気合の入った演技で会場を魅了した剣道と空手、最高の演技ができた「ソーラン節」、そして、想いを込めた振り付けの「世界に一つだけの花」の合唱。練習の成果を出し切った団員たちの笑顔は輝いていて、MRISから大きな歓声と拍手をもらいました。

その後、実際にクラスに入って授業体験。授業の中で折り紙やけん玉などの日本文化を紹介しました。

また、体育館では、バスケットボールやドッジボールでのスポーツ交流。言葉の要らないスポーツ交流で自然に打ち解けていました。

団員は、MRISの生徒たちの人種や宗教の多さ、そのフレンドリーな人柄に驚き、互いを尊重し合う様子に感動していました。

LET'S PLAY ORIGAMI

折り紙を教える



WE'RE FRIENDS



別れ

交流最後の日。団員たちはホストバディと写真を撮ったり、写真を撮り合ったり、肩を抱き合ったり、感謝を伝える光景が見られました。

バスに乗り込むころ、団員の目には涙があふれ、別れのつらさでいっぱいでした。いつか再会することを約束し、窓越しにいつまでも手を振り続けながら、素晴らしい交流をプレゼントしてくれたMRISとホストバディに別れを告げました。

I-MISS YOU...



別れを惜しむ団員ら



SEE YOU AGAIN!!

帰国

香港経由で宗像市役所に8月23日に到着しました。保護者をはじめ、たくさんの人に出迎えてもらい、解団式が開かれました。団員は、1週間を共にした仲間と別れを惜しみながら、研修での思い出話と、送り出してくれた家族への感謝の気持ちを持って、帰路につきました。

たくさんの思い出と一緒に「ただいま！」



▲解団式

事後研修

9月に開催した事後研修では、団員一人ひとりの報告会が開かれました。異文化に触れることで、生活習慣、食事、言語や表情、表現の仕方のすべてに感動したり、日本や自分との違いを見出したりしたことが発表されました。

自分の視野の広がりや成長ぶりを報告する姿は、一回りも二回りも大きく見えました。



▲研修での体験を発表する団員

ドカーンと笑顔で みんな楽しい 子どもまつり

日時 11月3日(土・祝) 10:00~15:30

場所 宗像ユリックス

主催 子どもまつり実行委員会



宗像市子どもまつりは今年で11回目を迎えました。今回のキャッチフレーズは「ドカーンと笑顔でみんな楽しい子どもまつり」。盛りだくさんのプログラムで子どもから大人まで1日中楽しめるイベントです。

今年は学童まつりも同時開催。学童保育所の舞台発表や地区対抗の百人一首大会、保護者会の食品バザーなどを開催します。

子どもまつりは、乳幼児から高齢者の異年齢交流や子どもが社会参画できる機会の提供、関係団体間の情報交換、地域全体での子どもの健全育成を目的として開催しています。

その他にも、子どもに関するさまざまな団体の情報を提供しています。子育て中の人はもちろん、子どもを見守る地域のみなさんも足を運んでみませんか。

当日は、子ども実行委員会が企画した開会式を10:00からスタートします。家族みんなで遊びに来てください。

■問い合わせ先 同実行委員会事務局(子ども育成課内) ☎(36)1214

ハーモニーホール (ステージ発表)

ステージパフォーマンス、バトン演技、コンクール表彰式、学童保育所百人一首大会本戦 など
*今年も舞台を飛び出し屋外でもパフォーマンスをします



イベントホール、イベントホールロビー (発表、体験、展示)

子どもたちによる舞台発表、和太鼓体験、工作、動くおもちゃ作り、紙飛行機作り、積木遊び、食育体験、コンクール作品展示 など



ギャラリー、中庭、2階会議室、ホワイエ (体験、展示、食品バザー)

演奏喫茶、リサイクルバザー、乳幼児の手作りおもちゃ、ゲームや木のおもちゃで遊ぶコーナー、バルーンアート、人形劇、子育てサロン、読書会、アレルギー対応食品の展示・試食、幼稚園・保育所紹介パネル、各地区コミュニティ運営協議会活動のパネル展示 など



玄関前 (食品バザー、体験)

焼きそば、カレー、鶏のモモ焼き、お好み焼き、ポップコーン、郷土料理、だご汁、飲み物などの販売、工作、ゲームコーナー、フリーマーケット、大つり橋渡り など



2階大和室

学童保育所百人一首大会予選 *決勝はハーモニーホールで開催

子どもにやさしいまち むなかた 第6回

愛情を持った養育

子どもを養育する一番の責任は保護者にあります。子どもにとって最も良いことは何かを第一に考え、愛情を持って子どもの成長や発達に応じた養育をしなければなりません。

「子どもにとって最も良いこと」とは、子どもの言うことを何でも受け入れることではありません。我慢をさせることが、子どもにとって最も良い場合もあります。お互いが納得するまで話し合うこと、それが大切です。

発達に関する知識や養育

保護者は、子どもの年齢に応じた心身の発達に関する知識や養育について習得するように努めなければいけません。近年、子どもに関する知識の不足や誤った知識が原因で、知らず知らずのうちに虐待や放置をしてしまうという不幸なことが起きています。また、保護者自身が子育てに対する不安やストレスを抱え、それが原因で子ども

に悪い影響を与えてしまうこともあります。そのような状況になることを予防する意味でも、子どものことを知ることはとても大切です。しかし、全てを保護者自身でしなければならぬということではありません。保護者は子育てに関する支援を受けることができます。そのことはまた別の機会に説明したいと思います。

保護者の責務

問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36)1214
今回は、保護者の責務について説明します。

有害なものからの保護

保護者は、子どもの発達に有害なものとは、喫煙、飲酒、薬物、売買春、過激な暴力や性などの有害な情報、過剰なメディアとの接触、危険な場所などを指します。また、最近は何でも与

えられる、何でもしてもらえらるという過保護、あるいは過干渉の状況の中で、何かを得るために努力する意欲、我慢をする耐性、人や物を大事にする心などが育たない状況も見受けられます。このような状況も子どもにとって好ましくないものです。

子どもに体験させる

保護者は、子どもの個性に応じ、教育を受けさせるとともに、文化、芸術、スポーツに接する機会をつくるように努めなければいけません。近年、子どもの体験不

足が指摘されています。文化、芸術、スポーツなどに接することは、感性や体力を身に付けることができます。子どもの成長や発達に欠かせないものです。

知識や技能を身に付ける機会を提供

保護者は、子どもが基本的な生活習慣や社会性を身につけるように努め

なければいけません。家族や社会の一員としての役割を果たすことは

保護者自身が、虐待など、子どもの権利を侵害することをしてはいけないことは、説明の必要はないと思います。

今回は、市民の責務について説明します。





平成25年度保育所の入所受付

～4月入所の申し込みは11月に～

保育所の平成25年4月入所の申込受付を、11月に実施します。平成24年度に引き続き入所を希望する場合も申込が必要です。申込書に不備があると受け付けできませんので早めの準備をお願いします。

- 申込書の配布開始日 10月25日(木)
- 受付期間 11月1日(木)～同30日(金)
*土・日曜日、祝日を除く
- 受付場所 子ども育成課 (市役所西館1階)
- 問い合わせ先 子ども育成課幼児教育係 ☎(36)1214

保育所とは

保育所は、保護者が昼間、子どもを保育することができない場合、保護者に代わって子どもを保育する児童福祉施設です。

保育所の役割は、保護者の協力のもとで家庭養育を補い、子どもたちの健やかな成長を支援することです。

保護者のみなさんと保育所が協力し合って、子どもたちの成長を見守っていきましょう。

保育所に入所するには

次の全ての条件を満たしていることが必要です。

▽保育所入所を希望している子どもと保護者がいずれも市内に在住していること

▽保護者や同居している20歳以上60歳未満の祖父母、親族、同居人の全員が、次の①～⑧のいずれかに該当し、家庭で子どもを保育できない状況であること

- ①死亡、行方不明、拘禁など
- ②震災、風水害、火災などの災害復旧にあっている
- ③出産する(産前2カ月、産後3カ月)
- ④昼間、居宅外で1日4時間以上、1カ月15日以上の労働をしている
- ⑤疾病や負傷、精神や体に障がいがある
- ⑥長期間、親族を居宅内外で常時介護、看病している
- ⑦昼間、居室内で1日4時間以上、1カ月15日以上子どもと離れて、日常の家事以外の労働をしている
- ⑧就学、求職活動、就労のための研修を受けている(求職活動で入所できるのは1カ月)

*対象者の中に、1人でも保育をできる人がいる場合は入所の対象外

*乳児の入所は原則、生後3カ月以上

多彩な保育事業

保育所では、保護者のさまざまなニーズに応えるため、通常保育の他に次のような保育事業を実施しています。

- ▽延長保育=午後6時以降延長して保育を実施
- ▽休日保育=日曜日や祝日、保育に欠ける児童の保育を実施
- ▽特定保育=1カ月64時間以上の保育が必要な、生後3カ月から就学前までの児童が対象。日時の特が必要
- ▽一時保育=生後3カ月から就学前までの児童が対象。保護者が短時間勤務、傷病、災害、事故、冠婚葬祭、心理的・肉体的負担解消などのとき、一時的に保育を実施

認可保育所一覧

保育所名	所在地	電話番号	定員	乳児保育	障がい児保育	延長保育	休日保育	特定保育	一時保育
赤間保育園	赤間 4-7-1	☎(32)6246	160	○	○	○ (2時間)	-	-	○
恵愛保育園	三郎丸 1-11-28	☎(32)3265	120	○	○	○ (1時間)	-	○	-
西海保育園	東郷 4-6-8	☎(36)8430	180	○	○	○ (1時間)	○	-	-
日の里東保育園	日の里 5-3-1	☎(36)5803	120	○	○	○ (1時間)	-	-	-
日の里西保育園	日の里 9-12-1	☎(37)2078	150	○	○	○ (1時間)	-	-	○
野ばら保育園	久原 900-2	☎(36)0849	100	○	○	○ (1時間)	-	-	○
野ばら第二保育園	朝町 707-2	☎(32)2390	120	○	○	○ (1時間)	-	-	○
第二赤間保育園	広陵台 1-8-4	☎(34)1202	90	○	○	○ (1時間)	-	-	-
玄海風の子保育園	江口 916-57	☎(62)9088	120	○	○	○ (2時間)	-	-	○
平等寺保育園	平等寺 465-1	☎(33)2554	100	○	○	○ (1時間)	-	-	-
ひかり幼稚園	陵巖寺 2-19-1	☎(33)5301	90	○	○	○ (1時間)	-	-	○

〈参考〉保育所保育料徴収金基準額表(平成24年度)

階層区分	定義	3歳未満児	3歳以上児	
A	生活保護法による被保護者世帯	0円	0円	
B	前年分の所得税額 非課税世帯	前年度市町村民税 非課税世帯	9,000円	6,000円
C		前年度市町村民税 課税世帯	19,500円	16,500円
D	前年分の 所得税額 課税世帯	10,000円未満	26,500円	23,500円
		10,000円以上～40,000円未満	30,000円	27,000円
		40,000円以上～71,500円未満	39,660円	(3歳児) 35,630円 (4歳児～) 29,530円
		71,500円以上～103,000円未満	44,500円	
		103,000円以上～413,000円未満	61,000円	
413,000円以上～734,000円未満	80,000円	(0歳児) 104,000円 (1、2歳児) 81,420円		
734,000円以上～				

*基準額表は年度ごとに変更。保育料は、税額と子どもの4月1日時点の年齢で決定

病後児保育事業

すくすくくらぶ



病気の回復期で集団生活が難しく、家庭で保育できない場合、宗像医師会で一時預かりをしています。

- *事前登録必要
- 対象 市内在住の生後3カ月～小学3年生
- 利用料金 1日2,500円
- *利用は予約制で、かかりつけ医の連絡票が必要
- 問い合わせ先
- ▽すくすくくらぶ ☎(37)3536
- ▽子ども育成課幼児教育係 ☎(36)1214



市立大島へき地保育所

平成25年度の募集

- 対象 平成25年4月1日現在、2～6歳の就学前の幼児で、保護者が大島に在住か通勤する人
- 申込方法 平成25年1月7日(月)～同31日(木)までに、印鑑を持参して、大島行政センターで申し込む
- 問い合わせ先
- ▽大島行政センター ☎(72)2211
- ▽子ども育成課幼児教育係 ☎(36)1214



November

11月

2012 CALENDAR カレンダー



*日時や場所などが変更になる場合がありますので、ご了承ください
*宗像ユリックスの行事は1日号のユリックスサラダを見てください

放射線量測定結果
10月1日測定
市役所 0.079
赤間コミセン 0.063
道の駅むなかた 0.074
(単位:µSv/h)

●人のうごき(9月末日現在)●
人口 96,194 世帯 39,461
男 45,594 女 50,600
(9月中の異動数)
転入 251 転出 279
出生 66 死亡 67

Calendar grid for November 2012 with daily events and dates. Includes headers for days of the week (日(SUN) to 土(SAT)) and numbered event boxes for each day.

ダムの貯水率 24
吉田・多礼ダム
97.6%
(9月末日現在)
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

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。

11月の休日外科当番医 午前9時～午後5時
3日(土・祝) そえだ医院(池田) ☎(62)3231
4日(日) 宗像久能病院(三郎丸) ☎(32)0315
11日(日) 渡邊整形外科医院(稲元) ☎(32)2600
18日(日) 日の里クリニック(日の里) ☎(36)5511
23日(金・祝) 山本整形外科医院(くりえいと) ☎(33)8180
25日(日) 荒牧整形外科医院(福津市) ☎(34)3355

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

県小児救急 医療電話相談
病気、けが、薬、応急処置など
●毎日● 19:00～翌朝7:00
●短縮＝#8000
●専用＝ ☎092(725)2540(福岡) ☎093(662)6700(北九州)
*電話がダイヤル回線の人には専用電話番号を利用してください

テレコール
市役所本庁(代表) ☎36-1121 ☎(36)1119
議事調査課
総務課
行政係 ☎(36)1272
情報化推進係 ☎(36)5444
生活安全課 ☎(36)5050 ①
人事課 ☎(36)5051
秘書課
秘書係 ☎(36)0890
広報・報道係 ☎(36)1055
市民課
市民係 ☎(36)1126 ②
国民年金係 ☎(36)1128
経営企画課 ☎(36)1192
定住化推進室 ☎(36)1284
財政課 ☎(36)1104
契約検査室
税務課 ☎(36)1161
市民税係 ☎(36)7350
固定資産税係 ☎(36)7351
収納課 ☎(36)5392
コミュニティ課 ☎(36)5394
市民活動推進課 ☎(36)1540 ③
人権対策課 ☎(36)1270
男女共同参画推進課 ☎(36)0048
生活環境課 ☎(36)1421 ④
自然環境課 ☎(36)1130

保健福祉政策課 ☎(36)1308
健康づくり課 ☎(36)1187 ⑤
福祉課
保護1・2係 ☎(36)7353
障害者福祉係 ☎(36)3135
介護保険課 ☎(36)4877 ⑥
介護保険係 ☎(36)5186
介護認定係 ☎(36)7471
地域包括支援センター 国保医療課 ☎(36)1285
国民健康保険係 ☎(36)1363 ⑦
後期高齢者医療係 ☎(36)1348 ⑧
都市計画課 ☎(36)1484
建築課 ☎(36)5203
建設課 ☎(36)1577
維持管理課 ☎(36)7471
会計課 ☎(36)1357
子ども育成課 ☎(36)1214 ⑨
子ども家庭課 ☎(36)1365
教育政策課 ☎(36)5099 ⑩
学校管理課 ☎(36)1322
監査委員事務局 ☎(36)5093
選挙管理委員会事務局 ☎(36)1375
固定資産評価審査委員会事務局 ☎(36)5093
商工観光課 ☎(36)0037 ⑪
元氣な島づくり課 推進係 ☎(36)1725

農業振興課 ☎(36)0041
水産振興課 ☎(36)0031
農業委員会事務局 ☎(36)0046 ⑫
市役所本庁以外
市民活動交流室 ☎(36)0311 ⑬
郷土文化学習交流課 ☎(62)2600
世界遺産登録推進室 ☎(62)2617
発達支援センター ☎(36)0224
図書課 ☎(34)2263
消費生活センター ☎(33)5454
下水道課(宗像終末処理場) ☎(36)4136
渡船課(神湊港ターミナル) ☎(62)3592
元氣な島づくり課(大島行政センター) ☎(72)2211
元氣な島づくり係 市民サービス係 ☎(72)2004
大島診療所 ☎(72)2004
その他の市関係施設など
宗像市民図書館 ☎(37)1321 ⑭
宗像ユリックス ☎(37)1311
宗像ユリックス・アクアドーム ☎(37)1377
メイトム宗像(市民活動交流館) ☎(36)0202
子育て支援センター ☎(37)3741
青少年センター ☎(36)8303
海の道むなかた館(郷土文化学習交流館) ☎(62)2600
うみんぐ大島(大島海洋体験施設) ☎(72)2361

吉武コミュニティ ☎(32)5904 ⑮
赤間コミュニティ ☎(39)7051 ⑯
赤間西コミュニティ ☎(38)9506 ⑰
自由ヶ丘コミュニティ ☎(32)5594 ⑱
河東コミュニティ ☎(35)1837
南郷コミュニティ ☎(36)3465
東郷コミュニティ ☎(36)7711 ⑳
日の里コミュニティ ☎(37)1587
玄海コミュニティ ☎(62)1642 ㉑
池野コミュニティ ☎(62)2003 ㉒
岬コミュニティ ☎(62)2656
大島コミュニティ ☎(72)2321
市民体育館 ☎(32)1230 ㉓
玄海B&G海洋センター ☎(62)2119
大島ふれ愛センター ☎(72)2294
大島渡船ターミナル ☎(72)2535
宗像清掃工場(エコパーク宗像) ☎(62)0505
宗像地区事務組合(多礼浄水場) ☎(62)0975 ㉔
宗像地区事務組合(宗像営業所) ☎(36)0010
家庭児童相談室 ☎(36)1302
地域職業相談室 ☎(36)1150
シルバー人材センター ☎(33)1151 ㉕
道の駅むなかた・観光物産館 ☎(62)2715
正助ふるさと村 ☎(35)1100
グローバルアリーナ ☎(33)8400 ㉖
宗寿園 ☎(33)2761 ㉗



一人ひとりが個性と能力を発揮できる社会を目指して

男女共同参画推進懇話会が**意見書**を提出

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

市男女共同参画推進懇話会が「第2次宗像市男女共同参画プラン」に掲げられた事業に対し、市がどのように取り組んだのかを審議。その結果をまとめた意見書を9月7日、谷井博美市長へ提出しました。意見書では、同プランの基本目標Ⅰ～Ⅳの取り組み内容について市へ提言。市では今後、同懇話会の意見を尊重しながら、男女共同参画社会の実現に向けて取り組みを実施していきます。



同会会長の喜多加実代さんから意見書を受け取る谷井市長（右）

基本目標Ⅰ～Ⅳの取り組み

◆基本目標Ⅰ
ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）の確立に向けた社会づくり

男女が共に、ワーク（仕事）とライフ（家庭生活、学習、趣味、地域活動など）の調和のとれた生活を実現し、いきいきと暮らしていくためには、社会環境整備や一人ひとりの意識改革も必要です。一人ひとりが自らの意思で多様な選択が可能となるよう、子育てや介護などの支援制度を充実する

とともに、市民や事業所への意識啓発を実施します。

◆基本目標Ⅱ
一人ひとりの人権が尊重される社会づくり

男女がお互いの人権を尊重し、生涯を通じて健康で安全な生活が送れるような取り組みが必要で、あらゆる暴力をなくし、家庭、職場、地域で、安心して生活できるように、男女共同参画の視点を取り入れたまちづくりを目指します。

◆基本目標Ⅲ
性別にとらわれない社会づくり

「男性は仕事、女性は家庭」という性別での固定的な役割分担意識にとらわれず、市民一人ひとりに男女共同参画意識を浸透させるため、幅広く効果的な意識啓発に取り組めます。

◆基本目標Ⅳ
個性と能力を発揮し、男女がともに参画できる社会づくり

男女が社会の対等な構成員として、自らの意思で、社会のあらゆる分野の活動に参画できるように、女性も男性も個性と能力を発揮できる社会づくりを目指します。

意見書の内容（総括）

第2次男女共同参画プランは平成23年度にスタートし、①男女共同参画の視点を明確にする②具体的な事業目標を設定して事業展開を図る③課題や今後の取り組みを整理し自己評価を実施するという、新たな考え方のもとで事業を実施しています。男女共同参画の基本的な考え方の理解が深まりつつ、目標達成に向けて努力する姿勢が見受けられ、全体としては評価できます。

◆基本目標Ⅰ
これまでの事業の成果を生かした上で、さらに、男女共同参画の視点に一層の配慮を加えて事業を実施する必要があります。

◆基本目標Ⅱ
これまでの事業の成果を生かした上で、さらに、男女共同参画の視点を一層の配慮を加えて事業を実施する必要があります。

◆基本目標Ⅲ
この施策も、おおむね目標を達成されています。しかし、中には取り組みに苦慮している事業が見受けられます。事業所への啓発に関する取り組みについては、関係部署と連携し、効果的な事業を実施することが大切です。また、審議会や地域の役割への女性参画促進の取り組みについては、地域への働きかけや審議会などの構成員の見直しの検討が必要です。

◆基本目標Ⅳ
今後、関係各課で、目標のハードルを少しずつ高めていき、男女共同参画の視点を意識した事業展開を図るため、事業の目的やねらいを明らかにし、さらなる工夫や改善を実施して、男女共同参画の推進に努めることを要望します。

◆基本目標Ⅱ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅱ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅱ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅳ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅳ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅳ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

◆基本目標Ⅳ
また、「あらゆる暴力根絶のための対策と推進」の施策で、教育政策課が実施した、教職員などを対象としたアンケート調査をはじめ、全般的によく取り組んでいるので高く評価します。今後は、アンケート結果を研修や事業実施に役立てていくことが必要です。

相談情報 誰でも相談できます（相談無料）

相談事業名	場所	相談日	時間
① ことごと生き方の相談 （面接・電話相談） *予約不要 ☎(36)1156 ✉kokoro@city.munakata.fukuoka.jp	市役所本館 1階・相談室 (101会議室横)	毎週月～ 金曜日 (祝日を除く)	13:00～ 17:00
② 就業相談 *2日前までに要予約 就職に関する相談を受け付けます。職業あつせんはしていません	男女共同参画 推進センター	毎月 第3水曜日	10:00～ 12:00
③ 法律相談 *要予約 女性の弁護士が、離婚など女性を取り巻く問題の相談を受け付けます	「ゆい」	毎月 第3火曜日	13:00～ 16:00

②③の予約は、男女共同参画推進センター「ゆい」 ☎(36)0250へ

本の紹介

異性

角田光代、穂村弘／河出書房新社

恋愛考察エッセイ。恋愛をテーマに男性の気持ち、女性の気持ちの両方が詰まった一冊です。



あきらめない

働くあなたに贈る真実のメッセージ 村木厚子／日経BP社

「働く女性の希望の星」から一転、速捕・164日間の勾留。55年の半生を振り返りながら語られる言葉は、すべての人の心を揺さぶるメッセージ。





マイバッグを持って 買い物に行こう 第6回

市では、レジ袋を削減するため、市内スーパーなどの事業者や市民の会と「宗像市レジ袋削減懇談会」を結成。平成25年3月末までにマイバッグ持参率を50%以上にする協定を結び、低炭素化社会、循環型社会の構築を目指しています。平成23年度に協定を締結した8事業所のマイバッグ持参率は平均で53.7%となりました。主な取組内容は、繰り返し使用できるマイバッグの提供・販売やレジ袋を辞退したお客様への特典提供です。下表は、懇談会参加店の特典の一覧です。

* レジ袋削減懇談会への参加を随時受け付けています

● **マイバッグを使用すると次のような利点があります**

▽ごみの減量

▽レジ袋製造過程と焼却過程に排出される二酸化炭素を削減

▽二酸化炭素を削減することで、地球温暖化防止

▽特典をもらってお得に買い物ができる

● **マイバッグを持参して気持ち良く買い物をするために次のマナーを守りましょう**

▽マイバッグは折りたたんだまま、買い物をしましょう

▽商品はお店のカゴにいれましょう

▽マイバッグを開くのはレジを通過してから

また、マイバッグ持参をさらに推進するため、実際にマイバッグを使っている人や、事業者の声を紹介します。

■ 問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421

● **サンリブくりえいと宗像店副店長・河野博之さん**

サンリブでは、全従業員にマイバッグを配布して、マイバッグ運動を実施。また、店内でもマイバッグ推奨ポップの掲示、マイバッグ使用のお客様へは「ご協力ありがとうございます」と声を掛けるようにしています。一定の効果はあったものの、大幅なレジ袋の削減にはつながっていません。一企業ではなく、地域一体となって取り組みたいと私自身考えています。



事業所名	レジ袋辞退時の特典	宣伝	バッグ貸出
エフコープ生活協同組合	1ポイント加算	▽店内放送(定期的) ▽レジでの案内 ▽トートバッグ(買物袋)の販売	○
(株)ハローデイ宗像店	1回の買い物につき2円引き	▽毎週第2・4日曜日はポイント3倍 ▽毎週火曜日はポイント3倍 ▽誕生日月はポイント2倍 ▽商品ごとにまる得ポイント多数	○
(株)イズミゆめタウン宗像	ゆめカード値引積立額3円プレゼント	▽毎月1日、20日はゆめタウンデーでポイント5倍 ▽毎週15日は15(イチゴ)市でポイント5倍	-
グリーンコープ生活協同組合 ぶくおか	なし	▽店内アナウンス、年2回チラシ ▽お買い物精算時にお知らせ	-
(合)西友サニー森林都市店	なし	▽毎月5日、20日はセゾンデーでセゾンカード利用の場合5%オフ	○
(合)西友サニー日の里店	なし	▽毎月5日、20日はセゾンデーでセゾンカード利用の場合5%オフ	○
むなかた物産市 オアシス	▽マイバッグ持参で1回3ポイント加算 ▽100円お買い上げごとに1ポイント加算 ▽200ポイントたまると特典あり	▽オアシス横にうまか牧場、和菓子屋がオープンします ▽雨天時、日曜日、祝日はポイント2倍	○
(株)サンリブくりえいと宗像	なし	▽毎月10日、25日は、くらしらくカードの日で、カードの利用・提示の場合5%オフ	-
ほたるの里	▽500円お買い上げごとに1ポイント加算 ▽50ポイントたまと500円分のお買物券として使用可	▽新鮮な野菜、果物、肉、魚、加工品を販売	-
かのこの里	▽1回3ポイント加算 ▽500ポイントたまと500円分のお買物券発行	▽地元産の、新鮮で安くおいしい野菜、果物、漬物、惣菜が人気	-
スーパーセンタートライアル宗像店	▽ポイントカードに1回3ポイント加算	▽ずっと、ず〜っと低価格 ▽毎週金曜日はポイント3倍デー	-

生ごみ堆肥化講座

フォロー講座開催 ダンボールコンポストの 疑問に答えます

市では、「ゴミ問題を考える住民の連合会・宗像」と各地区コミュニティで生ごみ処理機器各種の使用方法を紹介します。「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。受講無料。すでに実践している人も受講可能です。本講座を受講すると、ダンボールコンポストをプレゼントします。(年間1世帯1基限り、フォロー講座は複数受講不可)

- 申し込みは各地区コミュニティへ事前申込必要
- 各講座に定員あり
- * できた堆肥を使わない場合、生活環境課窓口(市役所西館2階)で引き取ります
- 申し込みは各地区コミュニティへ事前申込必要
- * 各講座に定員あり
- * できた堆肥を使わない場合、生活環境課窓口(市役所西館2階)で引き取ります

中には、もみ殻くん炭とココナツピートを入れて微生物の力で生ごみを分解し、堆肥化するものです



■ 問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421

	日程	時間	場所・申込先(月曜日は休み)
フォロー講座	11月7日(水)	10:00~11:30	赤間西コミセン ☎(38)9506
	11月15日(木)		自由ヶ丘コミセン ☎(32)5594
	11月27日(火)		岬コミセン ☎(62)2656

こねつどの コーナー もつたい ないたい

宗像子育てネットワークこねつどが、「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。9月30日現在、次の用品を「もとめている人」がいます。

- 浄徳寺幼稚園制服・体操服(夏・冬用)(男・女児110~120)
- 抱っこひも
- チャイルドシート
- ジュニアシート
- 子ども用イス
- ネット
- ベビーベッド
- 二段ベッド
- ゲート
- 階段用ゲート
- ストープガード
- 剣道着(120~130)
- 凶鑑(乗り物・動物)
- 日の里幼稚園制服・体操服(100~120)
- プレイマット
- 乳児用おもちゃ
- 衣類(男児80~90)
- 帽子(男児)
- ハイローチェア
- バウンサー
- 赤間くるみ幼稚園(男・女児90~110)

■ 利用方法 ①住所②氏名③電話番号④用品名を明記して、宗像子育てネットワークこねつどへ次のいずれかの方法で申し込む
▽ハガキ(〒811-3437/久原180/メイトム宗像館内)
▽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

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 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8月までの清掃状況をご紹介します。

【8月】▽参加人数=61人 ▽収集量=138袋

【累計】▽参加人数=8,387人 ▽収集量=1万9,361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
* 活動は、毎週日曜日9:00から約1時間(雨天中止)

▽深浜海岸
* 活動は、毎月第4日曜日11:00から約1時間(雨天中止)

がんばれブルース!

福岡サンックスブルースは宗像市を本拠地とする
トップレベルのラグビーチームです



一緒にブルースの応援に行きませんか

市では、県内のブルースの試合を応援に行く「ブルース応援の会」を企画します。みんなで一緒にブルースを応援しましょう。

- 日時 10月27日(土) 14:00キックオフ
- 場所 レベルファイブスタジアム (福岡市博多区東平尾公園2-1-1)
- 対戦相手 サントリーサンゴリアス
- 集合・出発 宗像市役所正面玄関前に集合、12:00出発
- 参加費 無料 *観戦チケット(一般自由席)付き
- 定員 先着50人
- 申込方法 10月22日(月)必着で、参加者全員の①住所②氏名③年齢④電話番号を明記して、市民活動推進課へ次のいずれかの方法で申し込む
▽FAX (36) 0270 ▽Eメール katudou@city.munakata.fukuoka.jp

古賀選手、史上12人目となるリーグ戦 100試合出場達成

ジャパンラグビートップリーグ今季の第2節、近鉄ライナーズ戦が9月8日に開催され、古賀龍二選手が史上12人目となるジャパンラグビートップリーグ、リーグ戦通算100試合出場を達成しました。ブルースとしては、初の100試合出場達成となりました。



100試合出場を達成した古賀選手(手前中央)

【古賀選手のコメント】

100試合出場を達成できたのは、チームメイトやスタッフ、今までブルースでプレイしたOBやチームに関わってきたみなさん、会社のみなさんのおかげです。会場に応援に来てくれた地元の方のみなさんにも祝福してもらい、とてもありがたいです。また、ラグビーに集中できる環境をつくってくれた妻には、とても感謝しています。息子も将来はラグビー選手になりたいと言っているの、息子に今日の姿を見せることができ幸せです。今後も、1試合でも多く試合に出たいと思っています。これからもブルースの応援をよろしくお願いします。

■問い合わせ先 市民活動推進課 ☎(36) 1540

家庭の燃やすごみ量の推移 (1人1日当たりのごみ量)



買い物時のごみ減量

コンビニなどで買い物をしたときにもらう割りばし、ストロー、スプーンなど、家で食べる場合は「いりません」と断りましょう。

寿司のしょうゆやファーストフードでもらうケチャップ、紙ナプキン、使い捨ての紙の手ふきなども、もらわないようにしましょう。



■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36) 1421

11月からごみの 収集開始時間が変わります

- 期間 11月1日(木)~平成25年2月28日(木)
- 時間 午前6時30分→午前7時30分に変更
家庭の燃やすごみの収集開始時間「午前6時30分」を「午前7時30分」に変更します(大島地区を除く)。道路の交通状況やごみ量によって収集時間が変わることもあります。

みなさんの理解と協力をお願いします。
■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36) 1421

呼吸筋のストレッチ



みなさんは呼吸筋について知っていますか?

- 呼吸筋とは 呼吸活動に必要な筋肉の総称
- 呼吸筋の種類 横隔膜、肋間筋(内・外)、腹直筋、腹横筋など
- 呼吸筋の働きとは 呼吸時に呼吸筋が伸び縮みすることで、肺の動きを助けます。呼吸運動には欠かせない役割を持っています
*呼吸筋は筋力の低下や緊張、前傾姿勢などの要因で収縮障がいを引き起こしやすいといわれています
- 収縮障害を引き起こすと 呼吸筋本来の伸び縮みができず、十分な呼吸運動ができません。そのため息苦しさを感じるといわれています

そこで今回は、呼吸筋の緊張をほぐし、感覚を高めるストレッチを紹介します。

- 呼吸筋ストレッチ
- ①椅子に座り肩幅にタオルを持ちます。ゆっくり息を吸い込みます(写真①)
- ②ゆっくりと息を吐きながら両手を上げます(写真②)
- ③息を吐ききったら写真①の姿勢に戻ります
- ポイント
▽2セット程度実施
▽タオルを引き合いながら実施
▽姿勢はまっすぐに
*写真③は、寝た状態で背伸びをし、呼吸筋のストレッチをしています。自分に合ったやり方で実施しましょう
*呼吸筋ストレッチのため、通常のストレッチと異なり呼吸法が逆になっています。注意してください



■問い合わせ先 宗像ユリックス・アクアドーム ☎(37) 1377

市がすすめる中心商業地などの、にぎわいづくりを目的として、NPO法人グランドワーク宗像がイベントを開催。あなたの仮装センスを披露しませんか。たくさんの方の参加を待っています。参加無料。

●日時 10月28日(日) 午前10時~

*小雨決行

●場所 くりえいと宗像

*受付は、イベント本部

▽仮装写真撮影

*記念写真をプレゼント

▽参加者限定ゲームイベントで豪華景品をプレゼントあり

▽仮装写真撮影

*仮装写真をプレゼント

▽参加者限定ゲームイベントで豪華景品をプレゼントあり

●内容

▽チェックポイントを回ると、「くりえいと宗像お買い物券」やお菓子をプレゼント

*その他、くりえいと宗像協賛店舗からプレゼントあり

▽すてきな仮装をした人には、表彰式で豪華賞品をプレゼント

*チェックポイント

▽チェックポイント

▽すてきな仮装をした人には、表彰式で豪華賞品をプレゼント

子どもも! 大人も!

かわいく楽しく仮装して
くりえいと宗像に集まれ



子ども用あり

●参加要件 「ハロウィン」をテーマとした仮装をしてください

*事前申込不要(当日受付あり。受付時間は午前10時~午後1時)

■問い合わせ先 グランドワーク宗像 ☎(38) 9102

100歳 長寿 おめでとう ございます

本年度で100歳を迎える乗次（のりつぐ）キミ子さん（南郷）を9月18日、谷井博美市長がお祝いに訪問しました。



谷井市長と元気に話をする乗次さん（左）

キミさんは、1913（大正2）年2月6日生まれ。現在は、長男の篤さん（73歳）夫婦と一緒に暮らしています。

谷井市長が「本日はおめでとうございます。とても元気ですね。元気の源は何ですか？」と尋ねると、キミさんは「周りの人に支えてもらっていること。とてもありがたい。特に息子夫婦には感謝しています。近所のみなさんもとても親切にしてくれます」とうれしそうに話してくれました。

「母は、耳が遠いですが、とても元気。食事は私たちよりも食べ、毎日きちんと3食とっています」と篤さん。谷井市長が好きな食べ物を尋ねると、キミさんは「何でも食べます。偏食せんで食べますけん」と元気に答えました。谷井市長は「好き嫌いがないのも元気の秘けつかもしれませんね。ぜひあやかりたい」と話しました。

谷井市長が帰る時は、外まで見送りに出るほど元気なキミ子さん。いつまでも元気でいてください。

■問い合わせ先 保健福祉政策課 ☎(36)1308

東 長寿番付 西

(番付内容は9月1日現在、満年齢)

竹下 キサさん <106歳> (自由ヶ丘) 明治39年 8月生	横綱	吉武 シズ子さん <104歳> (東郷) 明治40年 11月生
林 チャヤさん <104歳> (赤間) 明治40年 12月生	大関	伊東 初一さん <104歳> (河東) 明治41年 2月生
中村 守さん <103歳> (大島) 明治41年 10月生	関脇	本間 マサさん <103歳> (河東) 明治42年 1月生
花田 ヤチエさん <103歳> (玄海) 明治42年 1月生	小結	瓜生 實さん <103歳> (赤間西) 明治42年 3月生
古野 シモさん <102歳> (河東) 明治42年 10月生	前頭一枚目	川嶋 美代さん <101歳> (東郷) 明治43年 10月生

市内では、平成24年度に100歳を迎える人は、16人。新100歳を含め、106歳を筆頭に56人。99歳(白寿)は32人、88歳(米寿)は373人です。
*この番付には公表承諾者のみを掲載しています

池野地区と岬地区の両コミュニティ運営協議会が、(財)自治総合センターの一般コミュニティ助成事業を活用し、イベント用品を購入しました。同事業は、宝くじの受託事業収入を財源にして、地域活動の健全な発展を目的に実施されています。



購入した備品は両地区の夏祭りです。使用された大人気だったかき氷サーキットを開催する予定です。

《池野地区コミュニティ運営協議会》 「大きなスピーカーとバルーン照明のおかげで、明るく迫力のあるステージになりました。購入した機械で作った綿菓子とかき氷に、子どもたちも大喜び。本当に助かっています」と同協議会会長の早川正史さん。

《岬地区コミュニティ運営協議会》 同協議会事務局長の宗岡勝彦さんは「メインイベントの仮装大会の表彰で、今まではステージが小さかったため代表者だけの紹介が限界でしたが、今回は購入したアルミステージを使用したの

夏祭りで大活躍 宝くじの収益を 地域活動の発展に活用

定めます。同協議会事務局長の樋口征次さんは「これらの備品を活用し、いろいろな事業にチャレンジしたい。また、バルーン照明などは災害時の活用が期待できます」と話していました。



仮装大会表彰の様子

で、受賞者全員を、紹介することができました」と喜んでいました。今後、祭りの充実だけでなく、ステージを活用したいろいろな事業の開催など、岬地区の地域活動の発展が期待されます。

■問い合わせ先 同協議会 ☎(62)2656

市から お知らせ

フェイスブック講座 市では、「むなかたS OHOねっと」と共催で公開講座を実施します。 受講無料。 日時 10月25日(木) 午前10時～正午 場所 メイトム宗像・202会議室 内容 フェイスブックの基本的な使い方と活用事例

●定員 先着50人 ●託児 無料 ●託児は10月18日(木)午後5時までに電話で申し込む ●申込方法 10月24日(水)午後5時までに、定住化推進室へ次のいずれかの方法で申し込む ●問い合わせ先 ☎(36)1284 ●①住所②氏名③年齢④電話番号を明記して (FAX) (37)1242 ●f@feyu@city.munakata.fukuoka.jp

●骨密度測定 ●健康相談など ●その他 無料シャトルバスを運行。赤間駅南口発午前9時40分 ●以降、午後1時40分を除いて毎時40分に発車 ●最終便は午後3時40分 ●問い合わせ先 定住化推進室 ☎(36)1284

●定員 先着50人 ●託児 無料 ●託児は10月18日(木)午後5時までに電話で申し込む ●申込方法 10月24日(水)午後5時までに、定住化推進室へ次のいずれかの方法で申し込む ●問い合わせ先 ☎(36)1284 ●①住所②氏名③年齢④電話番号を明記して (FAX) (37)1242 ●f@feyu@city.munakata.fukuoka.jp

●縦走登山イベント 四塚連山の縦走路は昭和37年4月に開通し、今年で開通50周年を迎えました。これを記念して、「縦走登山イベント」を開催します。 ●日時 11月23日(金) 祝午前8時30分受付、同9時開会式 ●*荒天時は11月25日(日)に延期 ●集合場所 湯川山・山頂を出发点、湯川山・登山口(上八バス停付近)までの無料バスを運行 ●コース 湯川山↓孔大寺(こだいし)山↓金山(きんざん)山↓福岡教育大側登山口(約12キロ) ●所要時間は約6時間 ●対象 登山愛好家(四塚連山の縦走はハードなコースです。日ごろから登山をしている人に限ります) ●定員 先着200人 ●参加費 無料 ●その他 イベント中の事故に関しては、主催者が掛ける保険の範囲内で対応 ●申込方法 10月31日(水)までに、商工観光課へ次のいずれかの方法で申し込む ●問い合わせ先 ☎(36)0037 ●①住所②氏名③年齢④固定電話番号⑤携帯電話番号を明記して (FAX) (36)0320 ●syoukou@city.munakata.fukuoka.jp

●市職員の人事異動 10月1日付け市職員の人異動を紹介します。*掲載は課長級以上で、カッコ内は前任を表記しています ●【課長級】 ●市民協働・環境部郷土文化学習交流課参事・衣笠哲哉(経営企画部経営企画課主幹兼行政評価係長) ●問い合わせ先 人事課 ☎(36)5051



許斐山から望む四塚連山(左から湯川山、孔大寺山、金山、城山)

中央中学校吹奏楽部 九州大会で銀賞受賞

中学校吹奏楽の九州大会で銀賞を受賞した中央中学校吹奏楽部のみなさんが9月5日、谷井博美市長と久芳昭文教育長を表敬訪問しました。



中央中吹奏楽部のみなさんと谷井市長（最後列中央）、久芳教育長（最後列右から5人目）

吹奏楽部は、7月に開催された第12回筑前地区中学校吹奏楽コンクールに出場し、銀賞を受賞。第57回福岡吹奏楽コンクールでは金賞を受賞。8月の県大会・第28回福岡県吹奏楽コンクールでは金賞を受賞し、九州大会の第57回九州吹奏楽コンクールへ出場しました。宗像市の中学校吹奏楽部が九州大会へ出場したのは28年ぶりの快挙です。他校では、3年生を中心に2年生を加えた50人体制の中、中央中は1年生から3年生まで合わせて24人体制。このような条件にも負けず見事銀賞に輝きました。

谷井市長は「おめでとうございます。少人数で、しかも、1年生が入っての体制で銀賞受賞は、大変すばらしいと思います」。また、久芳教育長は「銀賞受賞を、とてもうれしく思っています。みなさんが一生懸命努力した結果だと思えます。これから目標と夢を持って頑張ってください」とあいさつ。3年生で吹奏楽部キャプテンの廣門真悠（まゆ）さんは「少ない人数で最初は自信がなかったけれど、夏休みもたくさん練習して、みんなで目標にしていた九州大会に出場できたので、本当にうれしかったです。私たち3年生は引退しますが、来年は1年生と2年生に、全国大会を目標に頑張りたいです」と話しました。今後も中央中学吹奏楽部の活躍が楽しみです。

■問い合わせ先 市民活動推進課 ☎(36)1540



トヨタ自動車九州の「モノづくり教室」

海道の道むなかた館では、夏休み期間中、むなかた館クイズや工作教室など、さまざまな催しを開催しました。通常、土・日曜日に日替わりで開催している「火おこし」や「勾玉（まがたま）作り」などの体験学習に加え、夏休みだけの特別企画として、太陽電池を使った工作やリモコンで動くロボット工作、「火おこし道具（舞きり）」



入館5万人目の牟田さん親子

縄文時代のことを書くそうです。陽子さんは、初めての来館。「改装前に来たことがありましたが、立派な施設

になっていて驚きました」と話してくれました。8月25日に開催したロボット工作では、ロボットジュニア世界大会に出場した宗像高校の電気物理部から、部員3人が工作インスタクターとして応援に来てくれま

した。また、当日は、宗像高校電気物理部によるロボット紹介と、実際に世界大会に出場したロボットを使ったデモンストレーションも実施され、工作にきていた子どもたちは自動で動くロボットに興味津々でした。海道の道むなかた館では、今後も、

いろいろなイベントを開催する予定です。ぜひ、参加して来てください。問い合わせ先 郷土文化学習交流課（海道の道むなかた館内） ☎(62)2600

イベントも盛り上がった 夏休みの「海の道むなかた館」

来館5万人も達成

海道の道むなかた館では、夏休み期間中、むなかた館クイズや工作教室など、さまざまな催しを開催しました。通常、土・日曜日に日替わりで開催している「火おこし」や「勾玉（まがたま）作り」などの体験学習に加え、夏休みだけの特別企画として、太陽電池を使った工作やリモコンで動くロボット工作、「火おこし道具（舞きり）」

で、たくさんの方が参加してくれました。4月28日にオープンして以来、予想をはるかに上回る来館があり、8月23日には5万人を達成。5万人目の来場者は、河東小学校6年の牟田千秋さん（11歳）と母親の陽子さん（38歳）です。

千秋さんが同館に来たのは2回目で、夏休みの社会の宿題で「くらしの新聞」を書くために来館。

口ロボット工作を教える宗像高校電気物理部員（右）

- 日時/場所
- ▽A 11月3日(土・祝) 午前10時～正午/三國屋旅館(大島)
- ▽B 11月7日(水) 午後1時30分～同3時30分/グローバルリーナ・グリーンガラス
- ▽C 11月12日(月) 午後1時30分～同3時30分/玄海ロイヤルホテル(田野)
- ▽D 11月15日(木) 午後7時～同9時/宗像ユリックス・アンダンテ
- 定員 各30人程度
- 申込方法 各開催日の前日までに、①住所②氏名③電話番号④希望する会場A/Dを明記して、次のいずれかの方法で申し込む(複数申し込み可)
- ▽郵送(〒811-3492/住所不要) ☎(37)1242
- ▽E-mail kakaku@city.mu-nakata.fukuoka.jp
- ▽市総合計画 ☎http://www.munakata-pj.com/meeting/ (パ)

伝言板

身体・精神・知的障がい者委託訓練募集

主催 福岡障害者職業能力開発校

訓練期間 平成25年1月9日(水)～同3月29日(金)

問い合わせ先 県廃棄物対策課 ☎092(643)3363

県 ☎http://www.pref.fukuoka.jp/を確認できます。

ワークシヨップ 「むなかた未来カフェ」参加者募集

市では、「第二次宗像市総合計画」を策定するため、10年後のまちづくりに対して自由に対話するワークシヨップ「むなかた未来カフェ」を開催します。

同廃棄物の処理が北九州市で始まりました。北九州市は、国の基準より厳しい基準を設け、放射線などを測定しながら処理を実施しています。県は、今後もモニタリングポストでの放射線量の監視を実施し、安全を確認します。放射線量の測定データや処理の必要性、安全性などは県 ☎http://www.pref.fukuoka.jp/を確認できます。

ソコンのみ) 申込・問い合わせ先 経営企画課 ☎(36)1192

東日本大震災で発生した災害廃棄物の処理

*日時は問い合わせを 場所 メイトム宗像 ●内容 パソコンビジネス ●対象 身体障害者手帳、精神保健福祉手帳か療育手帳のいずれかをもち、公共職業安定所(ハローワーク)に求職登録している人で、介護不要で身辺処理ができる人 ●定員 15人 *定員に満たない時は中止の場合あり ●受講料 無料 *別途、教材費など約1万円必要 ●面接日時 12月14日(金) 午後1時30分 ●応募書類 ●入校願書「委託訓練用」(写真貼付) ●身体障害者手帳、精神保健福祉手帳か療育手帳の写し *願書はハローワークで入手可 ●応募方法 11月22日(木)までに、最寄りのハローワークへ応募書類を提出する

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。

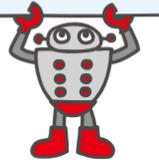
市議会議員一般選挙

任期満了に伴う宗像市議会議員選挙を10月21日(日)(大島・地島投票区は19日(金))に繰り上げ)に実施します。宗像市の将来を託す議員(定数20人)の選挙です。候補者の人物や政策を見極めて、主権者として自覚ある一票を投じましょう。市議会議員選挙の投票票については、市広報紙10月1日号に掲載しています。

■問い合わせ先
市選挙管理委員会(総務課内)
☎(36) 1375

宗像市 障害者自立支援協議会だより

第5回



障害者自立支援協議会は、生活部会活動の一つとして、主要メンバー会議を定期的実施。この会議は、各事業所のネットワークづくりのための会議です。8月の会議では、ネットワークをきっかけに動き出したことについて、メンバーから報告がありました。

①病院の社会復帰訓練としてボランティア活動

②就職に向けた訓練プログラムでは、パソコン操作やペン習字の指導者として、市民学習ネットワークを活用。訓練を受けている障がい者にとって知識や技術だけでなく、対人関係などにも広がりがあることを期待できることを期待

③グループホームやケアホームに住む人たちが、自分たちのできることを余暇活動として、苦手な事について支援を受けて挑戦できるように、ボランティアをする人(提供者(依頼者))の両方でボランティアセンターへ

を新たに取り入れ、ボランティアセンターに相談し、障がい者が活動に参加。障がいを理解してもらいながら、人との交流を楽しみ、活動日や活躍の幅を広げていっている

②就職に向けた訓練プログラムでは、パソコン操作やペン習字の指導者として、市民学習ネットワークを活用。訓練を受けている障がい者にとって知識や技術だけでなく、対人関係などにも広がりがあることを期待できることを期待

③グループホームやケアホームに住む人たちが、自分たちのできることを余暇活動として、苦手な事について支援を受けて挑戦できるように、ボランティアをする人(提供者(依頼者))の両方でボランティアセンターへ

まごころ市では、日ごろ障がい者が作っているパン、アクセサリ、雑貨などを販売。今後このような機会を増やして販路の拡大や自主製品の啓発、人とのふれあいなどを通じて、障がい者の社会参加の推進と理解を深めていきたいと思えます。

■問い合わせ先
福祉課障害者福祉係
☎(36) 3135
FAX(36) 5856

まごころ市を開催

市内5つの障害福祉施設で構成する宗像まごころ市運営協議会が8月18日、サンリブくりにいと宗像で「まごころ市」を開催。民間の大型店舗での開催は今回が初めてです。

まごころ市では、日ごろ障がい者が作っているパン、アクセサリ、雑貨などを販売。今後このような機会を増やして販路の拡大や自主製品の啓発、人とのふれあいなどを通じて、障がい者の社会参加の推進と理解を深めていきたいと思えます。

■問い合わせ先
福祉課障害者福祉係
☎(36) 3135
FAX(36) 5856

サンリブで開催したまごころ市



宗像市長杯 11月10日(土) うみんぐ大島釣り大会

釣り防波堤限定の釣り大会を実施します。初心者大歓迎。参加者には参加賞、入賞者には賞品を贈呈。楽しい抽選会もあります。うみんぐ大島イメージガール・秋丸美帆さんのトークショーも開催。ぜひ、参加してください。

●日時 11月10日(土) 8:20~14:00
*荒天中止(延期なし)
*行きは7:40神湊発便の船に乗ってください
●会場 うみんぐ大島・釣防波堤
●表彰部門 マダイ、バリ(アイゴ)、クロ(メジナ)、チヌ(クロダイ)、アラカブ(カサゴ)、アジ、イカ、他魚の計8部門
*原則、長さ(10cm以上のみ有効)で競いますが、アジの部は5匹重量、イカの部は1匹重量、他魚の部は主催者判断(長さか重量)で競います
*複数の部門へ参加可能
●表彰 各部門1から3位まで表彰
*その他特別賞あり
●募集人数 先着150人
●参加費 無料
*別途、うみんぐ大島・防波堤入場料金(一般600円、小学生300円)、渡船料などの交通費が必要
●申込締切日 11月2日(金)
■申込・問い合わせ先 うみんぐ大島 ☎(72) 2361



防波堤での釣り大会の様子

宗像産大豆巡り



主催 むなかた地域農業活性化機構
日時 11月16日(金) 午前8時45分受付、同9時~午後1時実施
集合場所 JAむなかた本店・JAホール前
内容 大豆農地見学、テンペ工場見学、みそ作り体験
*作った味噌は持ち帰り可

福岡県沖縄地域戦没者追悼式

主催 (財)福岡県遺族連合会
日時 平成25年1月17日(木)~同18日(金)
*追悼式は同18日(金) 午前10時~同11時
場所 福岡の慰霊の塔(沖縄県糸満市・平和祈念公園内)
*無宗教献花方式
*参加要件 福岡県出身

プレママ・プレパパのための講演会

主催 宗像小児科医師会、宗像産婦人科医師会、宗像女性医師の会
日時 11月10日(土) 午後3時~同4時30分
会場 宗像地域医療センター1(宗像急患センター3階)

宗像産大豆巡り

主催 むなかた地域農業活性化機構
日時 11月16日(金) 午前8時45分受付、同9時~午後1時実施
集合場所 JAむなかた本店・JAホール前
内容 大豆農地見学、テンペ工場見学、みそ作り体験
*作った味噌は持ち帰り可



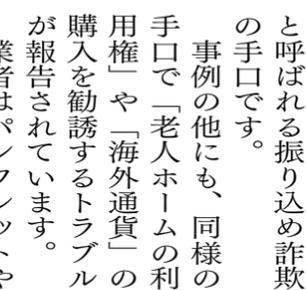
突然、送られてくる 不審なパンフレットに 注意!

宗像市消費生活センター
**転ばぬ
先の杖**
☎(33)5454
でばんぴちゃん

最近、A社から「パンフレットが届いていますか?」と自宅に頻りに電話がかかる。届いていないと伝えると「そのパンフレットは選ばれた50人にしか送付していません。パンフレットをほしい人が多いのでもし届いたら、連絡をください」と言われた。その後B社からも連絡があり、「パンフレットが届いたら譲ってほしい」と言われた。実際にパンフレットが届いたが、A社に連絡しても大丈夫か。
(70歳代・男性)

■事例1
最近、A社から「パンフレットが届いていますか?」と自宅に頻りに電話がかかる。届いていないと伝えると「そのパンフレットは選ばれた50人にしか送付していません。パンフレットをほしい人が多いのでもし届いたら、連絡をください」と言われた。その後B社からも連絡があり、「パンフレットが届いたら譲ってほしい」と言われた。実際にパンフレットが届いたが、A社に連絡しても大丈夫か。
(70歳代・男性)

自宅にパンフレットが送付され、「水源地」や「石炭採掘権」「CO₂排出権」などの「権利」の購入を勧誘するトラブルが多発しています。



■アドバイス
パンフレットを送付した業者とは違う業者が消費者に電話し、「高値で買い取るので、代わりに購入してほしい」などと勧誘する「劇場型」

■事例2
突然、C社から「石炭採掘権譲渡権利書」の申込書と会社案内が届いた。その後、D社から「パンフレットが届いた人しかその権利は購入できない。代わりに購入してくれれば、2倍で買い取る」と電話があった。本当だろうか。(50歳代・女性)

とされる振り込め詐欺の手口です。事例の他にも、同様の手口で「老人ホームの利権」や「海外通貨」の購入を勧誘するトラブルが報告されています。業者はパンフレットや電話で「資源需要の高まりや、放射能不安で注目されている権利」などと説明しますが、安易に信じてはいけません。実際に買い取りがされた例はありません。一度支払ってしまおうと取り戻すことは非常に困難です。「あなたが選ばれた」「残りわずか」などと勧誘されても、うまいものが話はありませんので、きっぱりと断りましょう。少しでも不審に思ったら、消費生活センターに相談してください。

第2・第4土曜日電話相談
市消費生活センターでは、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。利用してください。
時間 8:30～17:00 ☎(33)5454

ふれあい 農業体験交流会
主催 宗像地区青年農業者会
日時 11月4日(日) 午前9時30分～午後1時
*雨天中止
会場 農業福島園(光岡402・2)
☎(36)1958
内容 ①オリエンテーション、お米ミニ講座 ②稲刈り体験 ③青年農家が作った新米を使った昼食
*新米のおみやげあり
対象 宗像、福津市民 定員 先着20人
参加費 一般 500円 小・中学生 300円
持参品 軍手、長靴 長袖・長ズボンで汚れてもよい服装
申込方法 10月26日

(金)までに、福岡農林事務所北筑前普及指導センターへ次のいずれかの方法で申し込む
☎(43)8833
▽参加者全員の①住所②氏名③年齢④電話番号を明記して ⑤ pref.fukuoka.jp
歩く唐津街道の旅 2012
主催 玄界灘風景街道

パートナーシップ
日時 10月28日(日) 午前9時30分～午後4時
*小雨決行
内容 唐津街道(唐津市唐津城から北九州市大里宿まで)約140キロを9区間に分けて歩く旅。今回は「ちよつとよりみち・唐津街道むなかた」。赤間宿から芦屋宿までの約12キロを歩きます
集合場所 教育大前駅
参加費 無料
持参品 弁当、お茶、歩きやすい服装
申込締切日 10月27日(土)
申込・問い合わせ先 同パートナーシップ(大串)
☎090(7459)0681

実際に買い取りがされた例はありません。一度支払ってしまおうと取り戻すことは非常に困難です。「あなたが選ばれた」「残りわずか」などと勧誘されても、うまいものが話はありませんので、きっぱりと断りましょう。少しでも不審に思ったら、消費生活センターに相談してください。

vol.6 宗像のホントの気持ちが見えてくる。
ムナカタのムナカタ
がんばろう、宗像!
6割の人が糸島市の方が目立っていると感じています。
最近、宗像市より糸島市のほうが目立っている気がする
そうは思わない 1.0% 無効 1.0%
そう思う 66.0%
6割の人が糸島市の方が目立っているとの回答。「目立ってほしい」というものでもないけど、なんだかやっぱり悔しい気がします。あらためてPRなども大事なことなんだと気づかされる結果ですね

その他の2回目のアンケート結果
自分の子どもや孫たちにも宗像市に住んでほしい? 無効 1.5% 知ってる 22.1% 知らない 76.5%
正助ふるさと村の正助さんは、左足にげた、右足に草履を履いていることを 無効 0.2% 知ってる 36.3% 知らない 63.5%
宗像市には、独自の緊急情報伝達システム(防災メールなど)があることを 無効 0.4% 知ってる 42.7% 知らない 56.9%
宗像市の人口は、現在の人口(約9万6千人)より 増えなくてよい 41.0% 無効 1.7% 増える方がよい 57.3%

2回目の結果はコチラ >> <http://www.munakata-pj.com/>

6回目アンケート回答欄 締切10月31日(水) 必着 (郵送の場合は消印有効)

- 宗像市には、3つの大学と2つの高校を合わせると5,000人以上の学生がいることを
 知っている 知らなかった
- 鐘崎が「日本海沿岸の海女発祥の地」ということを
 知っている 知らなかった
- テレビ(RKB放送)のデータ放送から、宗像市の防災情報が確認できることを
 知っている 知らなかった
- 新しくオープンした「神湊港渡船ターミナル」は、世界遺産に配慮したデザインであることを
 知っている 知らなかった
- 宗像市にもっとたくさんの人が訪れてほしい
 はい いいえ

性別 男性 女性 住所 宗像市 宗像市外
年齢 ~19歳 20~29歳 30~39歳 40~49歳 50~59歳 60~69歳 70歳~

■インターネットで回答する場合
<http://www.munakata-pj.com/>
または **むなかたのみかた** 検索

■FAX、郵送で回答する場合(郵送の場合、ハガキに貼ってお送りください)
FAX **0940-37-1242** 〒811-3492 宗像市役所 経営企画課

■直接投かんする場合
下記の場所に回収箱を設置していますので、回答欄を切り取って投かんしてください。○宗像市役所 ○大島行政センター ○宗像ユリックス ○メイトム宗像 ○海の道むなかた館 ○コミュニティセンター(吉武、赤間、赤間西、自由ヶ丘、東郷、日の里、玄海、池野、岬、大島)

■問い合わせ先 宗像市役所 経営企画課 ☎0940-36-1192



介護不要の「心体」づくり 元気なうちに介護予防教室へ

今回は、市が委託実施している介護予防教室のうち、今年7月から新たに加わった2つの教室の活動状況を市民記者が取材しました。



第67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きます。
健康づくり課 ☎(36) 1187

元気なうちから予防を

介護予防とは、「できるだけ介護が必要にならないようにする」ことを目的に、元気な人が元気なうちから生活機能が低下しないように努める活動のことです。

市では、この介護予防を推進するため、65歳以上の奇数年齢に達する人を対象に「基本チェックリスト」を送付し、生活機能状態の調査を実施しています。その結果、生活機能の低下がないと判断された「一般高齢者」と、今すぐには介護の必要性はないものの、やや生活機能の低下が見られる「二次予防事業の対象者」に分けて、介護予防教室の受講を勧められています。



ゴムバンドを使ったトレーニング



椅子に座って筋肉運動

教室の種類には、運動器の機能向上、栄養改善、口腔(こうくう)機能の向上、閉じこもり、うつ病、認知症の予防や支援などがあります。教室に通うことが困難な人には、保健師、看護師、栄養士、歯科衛生士らが家庭を訪問して、必要な指導をするサービスもあります。

運動機能の向上を目指して

市民記者は8月中旬、宗像ユリックス・アクアドームの一般高齢者向け「元気BY(バイ)運動教室」取材しました。ストレッチ体操やリズム体操などを主体に運動機能の向上を目指したもので、毎週木曜日の午後

の2時間、1年間の教室です。この日の参加者は、見学者を含めて6人。健康運動指導士の永溝佑介さんと健康運動実践指導者の井上大智さんが、交互に指導します。
「今日は、日ごろあまり使わない筋肉をほぐす運動をします」と永溝さん。椅子に座ったり、床のマットに寝たりしながら、ゆっくりとしたテンポで約30分、硬くなった体をほぐす運動を続けました。ゴムバンドを使ったトレーニングでは、「ゴムの張り具合は、自分の力できつくならない程度でいいですよ」と個人差を考慮しながら指導します。
次は、考えながら運動する頭の体操です。井上さんが、椅子に座って足でリズムをとりながら、両手をパンとたたいて音を出します。繰り返すうちに、足のリズムと手をとたたき音が合わない人が出てきます。手足の運動に加え、脳を刺激するの認知症予防の効果があるそうです。



ゆっくりしたテンポで腹式呼吸運動

「基本チェックリスト」で介護予防



豊福保健師

【「基本チェックリスト」とは?】

日常生活を送るために必要な「外出する」「食事を摂る」「趣味を楽しむ」など、身体機能や自分の体調を知り、今後も元気に生活するために生活機能の低下の有無を確認するものです。運動器の機能、口腔機能、栄養状態、認知症・うつ・閉じこもりの状態の有無について、アンケートで確認をします。

●基本チェックリストは次の対象者へ誕生日に送付します

- ▽要介護認定を受けていない人
- ▽誕生日に65歳以上の奇数年齢になる人

【介護予防教室に参加して、心と体を元気に】

今回紹介した運動の教室以外に、体の変化に合わせた食生活の学習や、口の健康、心や脳の健康を保つ教室があります。

教室に参加するには「基本チェックリスト」への回答と健康診査などの結果表が必要です。

- *詳しくは、「基本チェックリスト」に同封の資料で確認か、問い合わせを
- *「基本チェックリスト」の送付対象外で、教室に参加したい人は問い合わせを

「個別指導でチェック」
もう一つの取材先は、

田野の「ハイマート杏」で実施している二次予防事業対象者向けの「リハビリ&ケア教室」です。毎週月曜日の午前の2時間、6カ月のコースで、送迎もあります。



身体機能チェックをする阿部さん(右端)

この日の参加者は75歳から85歳までの男女4人。主に、膝や腰の負担を軽減するプログラムが組まれていて、健康運動実践指導者の本村梨華さんと作業療法士の阿部輝記さんが、プログラムを実施します。

本村さんが体操を始めました。椅子に座って実施する筋肉トレーニングです。腹式呼吸運動、首をねじる運動などが続きます。



玄海ロイヤルホテルの温泉から引いた足湯

「市民記者・真嶋賢一」
えてくると言います。教室の仕上げは、隣の玄海ロイヤルホテルの温泉から引いた「足湯」です。4人の参加者は、足湯につかりながら「同期生として親しくなったので楽しい」「個人指導と車での送迎がありがたい」と声をそろえていました。

阿部さんは、1人ずつ参加者の身体機能をチェックします。マットに寝てもらい、「今日はどこが悪いところがありますか?」と尋ねながら、足腰を曲げたり伸ばしたりします。「集団では分からない要改善のポイントが、個別に見ると分かれます」と阿部さん。継続していると生活スタイルと身体機能の変化も見

中学生の時、友達へ電話をかけたつもりが、受話器から「ハロー」と英語の声。何も言えず、慌てて電話を切ってしまった。英語で笑顔になれたのは、初めて海外へ行った35歳の時。身振り手振りと怪しい英語で、相手に気持ちを通じた時だった。早くから本物の英語に触れることができる宗像の子供たちは、うらやましい限りです。(あ)

■5月、とある研修に参加。東京出身で、大阪の広告代理店に勤める新入社員の女性と名刺交換しました。「宗像知ってました。私、リーダー塾の卒業生で、今も同期と連絡したり、集まったりしています」と笑顔で告白されました。思わず「大きくなりましたね」と間抜けな返答。初対面なのに「ごめんなさい。でも、うれしかったです」。

舞台裏