

毎月1日・15日発行

今月の紙面から

平成24年12月15日号

増え続ける医療費がかかっている病気の種類は?、「国保財政の現状と未来」

アンケートで振り返るワクワクWORK

元気なうちに心身トレーニング、「健康むなかた21」

2

6~7

18

ドクターらく朝の一笑健康〜ヘルシートーク&健康落語〜

海を越えた焼物、「時間旅行ムナカタ」

メディアと上手に向き合うために、「メッセージ」

松原を後世に残したい、「さつき松原アダプト・プログラム」

対象者のみなさん、節日健診、がん検診を受診しましたか?

海外から届く不審な封書に注意!、「転ばぬ先の杖」

3

5

9

12

13

17

多くの参加者でにぎわった地島の「本格地引網」(15ページ)

1~4	5~8	9	10	11・12	12~17	18
行政	学びの里	男女共同参画	カレンダー	環境	お知らせ	健康・福祉

広報むなかた

むなかた

タウンプレス

宗像市公式ホームページアドレス
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

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最初は悩みから始まった子育てが、いろいろな施設や人との出会いで楽しいものになりました。本当に宗像市って子育てしやすいし、おすすめ

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

子どもの未来が育つまち

第1回

おすすめですよ。子育てしやすい宗像市

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

たにいい 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

11月23日の「勤労感謝の日」にちなんで、今年も市内の幼稚園や保育所の園児のみなさんが、慰労のため市役所を訪ねてくれました。

訪問の際は、園児のみなさんから「いつもお仕事ありがとうございます」と大きな声で感謝の言葉と、歌や手作りカレンダーなどをプレゼントしてもらいました。

私も、元気いっぱい園児のみなさんから日々の疲れが吹き飛ばされるの力を分けてもらい、ささやかですが園で使ってもらえるように遊具などをプレゼントしました。

将来を担う子どもたちの育成はとても大事なことであり、私たち大人全員が全力で取り組んでいかなければいけないことだと思っています。

市では、子どもたちの健全育成のため、「子ども基本条例」の制定をはじめ、さまざまな施策に取り組んでいます。これからも、将来を担う子どもたちのことを考えた環境づくりを進めていきたいと思っていますので、みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。

今年最初に訪問してくれた赤間保育園の園児たち

数が多く、活動も活発ですね。最近、絵本の読み聞かせにも参加しました。参加費が無料なのもありがたかったです」と奈央さん。

「最初は悩みから始まった子育てが、いろいろな施設や人との出会いで楽しいものになりました。本当に宗像市って子育てしやすいし、おすすめ

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

「最初は、娘と一緒にふれあいバスに乗って子育て支援センターへ行き「育て支援センター」に「ふらこっこ」を初めて訪れたのは平成20年4月。長女の絢奈ちゃんが生後5カ月の時でした。奈央さんと同時期に出産した友達から「ふらこっこって楽しいよ」と誘われたのがきっかけです。奈央さんは遠賀郡岡垣町出身。結婚後は「交通の便が良く、自然が多くて住みやすい」と、高校・大学時代を過ごした宗像市を選びました。子育てのことは「実家も近いし、友達も近くにいるから大丈夫」と思っていたため、見ず知らずのふらこっこへ行くのに最初はためらいがあったと言います。

その後、絢奈ちゃんに卵アレルギーがあることが判明。悩んでいると、友達から「悩みを聞いてもらえよ」と子育てサークル『宗像アレルギー』を紹介されました。第1回は、5歳の長女と6カ月の長男の子育てを楽しんでいる大岡奈央さん(30歳代・赤間)に話を聞きました。問い合わせ先 子ども育成課 ☎(36) 1214

「最近、娘が反抗期みたいで、ふらこっこで話を聞いてもらっています。先輩ママの話やママの話を聞くと気持ちに楽になります。先市と協働で運営しているのは、宗像子育てネットワーク・こねっと。子育て支援員であるスタッフが常駐し、子育ての相談を受けたり、親子で参加できる催し物や子育てと一緒に考える講座などを企画したりしています。」

「ふらこっこの魅力は、先輩ママや同じ子育て中の人たちと悩み事などを気軽に話せることです。ふらこっこで仲良くなった友達に誘われて、子育てサークル『い』が広がっています。」

「ふらこっこやサークルと知り合って4年以上になりますが、ずっとメイトムに通っています。」

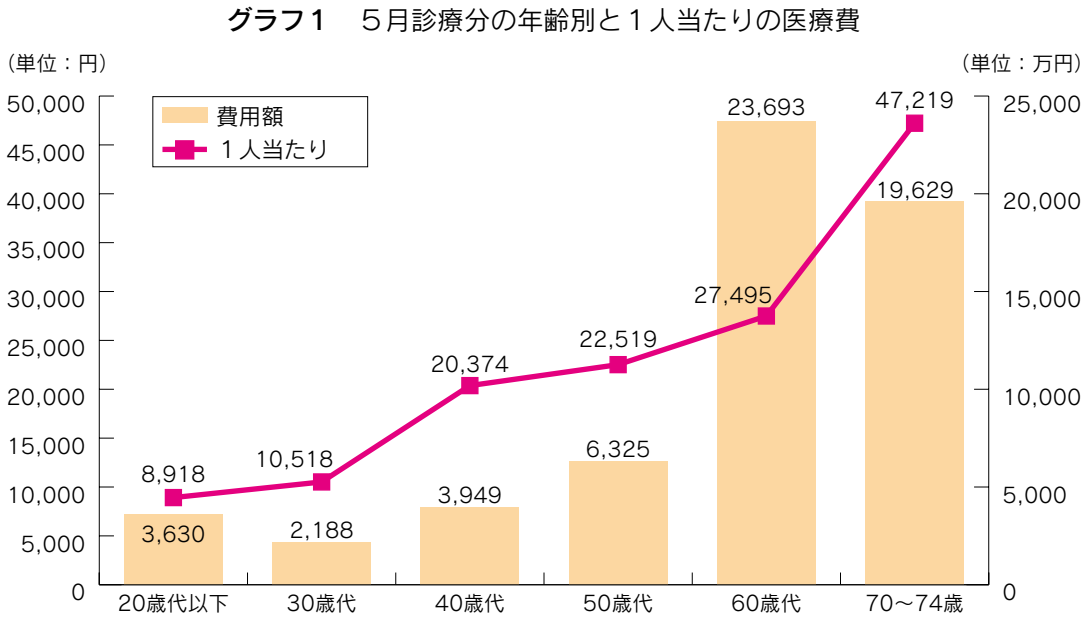
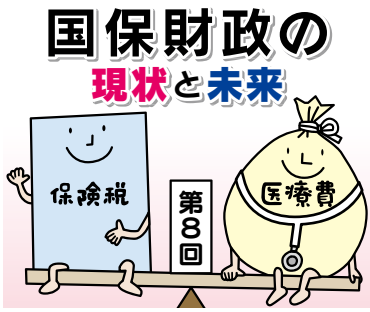
国保被保険者は、5月末時点で2万3752人。年別では、60歳以上が1万2830人と全体の半数以上を占めています。そのため、医療費も、60歳以上が全体の7割以上を占めている状況です。

国保被保険者1人当たりの医療費は、20歳代以下が最も少なく、その後年齢が上がるにつれて上昇していきます。特に、特定健診の対象となる40歳代からは急激に増加し、70歳以上では月の医療費は4万7000円以上に達しています（グラフ1参照）。

全体の7割以上が60歳以上の医療費

近年、医療費は増加し続けています。その内訳は、どのようなになっているのでしょうか。今回は、平成24年5月診療のデータを用いて、宗像市国保の医療費の現状を、市の保健師に分かりやすく解説してもらいます。

問い合わせ先 国保医療課国民健康保険係 ☎(36) 1363



増え続ける医療費
かかっている病気の種類は？
市国保の医療費の状況

【保健師さんに聞きました】

限りある財源で運営しているみんなの「国保」。増え続ける医療費を少しでも抑えるため、私たちは、どのような取り組みが必要でしょうか。

生活習慣病は予防が第一です。特に、40歳代以上の方は特定健診を受診してください。心臓病や脳卒中、糖尿病などの早期発見や、重症化前の予防がとても重要です。

最近では、中高年だけでなく、幅広い世代でも生活習慣病が増加傾向にあります。家庭でのしっかりとした食生活の実践や、地域での健康づくり事業への積極的な参加など、さまざまな取り組みと工夫が必要です。

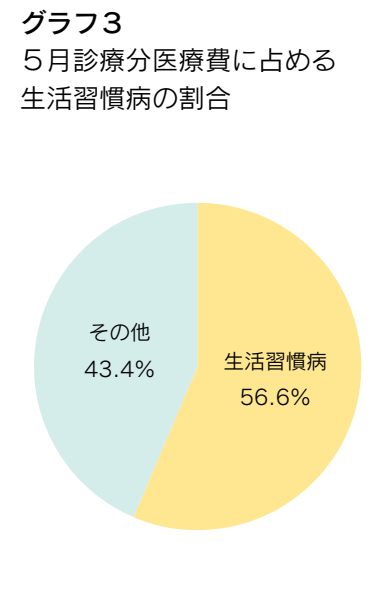
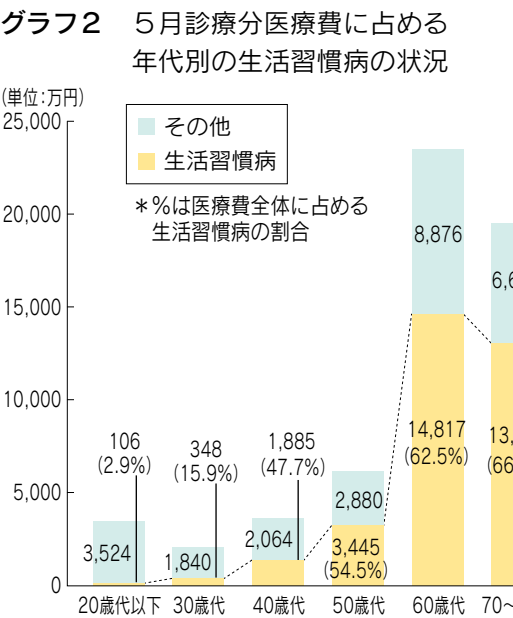
グラフ3のその他で多くを占めるのが、歯周疾患と、統合失調症です。いずれの世代も歯科受診件数は多いようです。身近な疾病だけに軽視されがちですが、小さいころからの習慣付けをきちんとすることで、自ら予防できるものです。

「統合失調症」は、いわゆる精神系疾患。原因はさまざまですが、ストレス社会の悪影響で、近年、精神系疾患は全国的に上昇しているようです。医療に限らず身近な生活や人間関係などで、地道な対応が必要です。

全医療費の5割以上を占める生活習慣病

5月診療分の医療費は約5億9413万円で、そのうち、生活習慣病が全体の5割以上を占めています。このうち、「高血圧性疾患」（5・3パーセント）、「糖尿病」（5・3パーセント）、「腎不全」（4・8パーセント）などの疾病が大きな割合を占めています。

また、年代別にみると、生活習慣病は40歳代から急激に増加していて、50歳代では全体医療費の半分以上、60歳代以上では6割以上に達しています（グラフ2、3参照）。



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。

お申し込み・お問い合わせは
宗像聖地霊園 ☎0940-62-1566

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

講師の立川らく朝さん



●講師のプロフィール●

▽昭和29年、長野県生まれ
▽昭和54年、杏林大学医学部卒業後、慶應義塾大学医学部内科学教室に入局。主として脂質異常症の臨床と研究に従事
▽平成12年、46歳で立川志らく門下に入門、プロの落語家としても活動を開始
▽慶應健康相談センター（人間ドック）医長を経て、平成14年に「表参道福澤クリニック」を開設。以後、院長として内科診療にあたる
▽平成16年、立川流家元・立川談志に認められ、二つ目（落語家の格付けの一つ）昇進

日時
平成25年 **1月22日** (火)
13:30 開場 14:00~15:40 実施
会場 宗像ユリックス・
ハーモニーホール **入場無料**

内容
●第1部(講演)
「一笑健康～ヘルシートーク&健康落語～」
▽講師＝立川らく朝(たてかわ・らくちょう)さん
(落語家、医師)
●第2部(パネルディスカッション)
▽立川らく朝さん
▽安東恵津子さん(社団法人宗像薬剤師会会長)
▽坂元博さん(宗像市老人クラブ連合会会長)
▽宮部武文副市長
託児 無料(5カ月～6歳)
*託児は平成25年1月15日(火)までに要予約
■託児予約・問い合わせ先
国保医療課国民健康保険係 ☎(36) 1 3 6 3

健康や医療は、私たちの生活や人生でとても重要です。住民一人ひとりが健康に生活することは、元気な地域社会や豊かな人間関係を構築する上で、大事な源になっています。
今回の講演会では、落語家・医師の立川らく朝さん

【落語家で医師、立川らく朝の「笑いの処方箋」】



健康や医療が
楽しく分かる！
宗像市健康・医療講演会

ヘルシートーク&健康落語
一笑健康
いっしょよう
ドクターらく朝の

■問い合わせ先
国保医療課国民健康保険係
☎(36) 1 3 6 3

講演会と同時開催

会場 ハーモニーホール前 ホワイエ

食品や工芸品を販売「まごころ市」

まごころ市とは、市内5つの障害者福祉施設で生産しているパンやクッキーなどの食品や工芸品などを、障がい者が自ら販売するものです。

これは、障がい者の社会参加の促進や、障がい者に対する理解を深めてもらうことなどを目的としています。みなさんぜひ来てください。

●時間 12:00～16:00

*売り切れ次第終了

●出店施設 くすの木園、はまゆうワークセンター宗像、緑ヶ丘学園、宗像学園、宗像コスモス会

■問い合わせ先

福祉課障害者福祉係 ☎(36) 3 1 3 5
FAX(36) 5 8 5 6



市内にある4施設が丹精込めて作ったまごころお菓子セット(400円)

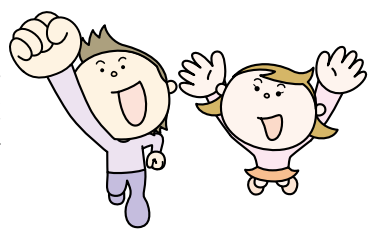
を招き、診察時のちよつとした出来事や、最新の医学情報をテーマにした楽しい落語・トークを聞きながら、健康・医療に関する見識を深めてもらいたいと思います。
また、立川らく朝さんにコーディネートを務めてもらい、日常生活で役に立つ健康づくり情報や、具体的な健康・医療に関する取り組みをテーマにしたパネルディスカッションを実施します。みなさんぜひ参加してください。事前申込は不要です。

クイズに答えて
景品をもらっちゃおう！
健康づくり啓発イベント

健康づくりや医療費、ジェネリック医薬品に関する簡単なクイズを実施します。全問正解者には景品をプレゼントしますので、みなさんぜひ参加してください。

●時間 12:00～16:00

■問い合わせ先 健康づくり課 ☎(36) 1 1 8 7



2012 グローバルアリーナキャンドルガーデンクリスマス
12月 22日(土) 23日(日) 24日(月・祝) 17:00～21:00
★期間限定★
5,000本のキャンドルと、ハンドベルやゴスペルなどのクリスマスコンサート、特別ディナーや、サンタクロースとの記念撮影をお楽しみいただけます。
グローバルアリーナ ☎811-4153 宗像市吉留 46-1 TEL0940-33-8400 <http://g-arena.com>

園児らに火事の怖さを教える女性消防団員



園児に火事の怖さを教えました

玄海ゆりの樹幼稚園で防火教室

女性消防団員が10月15日、防火教室を実施しました。今回訪問した玄海ゆりの樹幼稚園は、3年前、木のぬくもりがある新しい園舎に建て替えられ、現在165人の園児が通っています。

最初にクワイアチャイムの演奏で、となりのトトロの「散歩」や「上を向いて歩こう」を演奏し、園児と

一緒に歌を楽しみました。次に、紙芝居や指遊びを実施し、「おはしも」の標語を使って、実際に火事になったときは「おさない、はしらない、しゃべらない、もどらない」で、まずは逃げることの大切さを園児と一緒に学びました。

恒例の着ぐるみ劇は、動物がホットケーキを作ろうとしてフライパンから火事を起こしそうになり、消火

器で何とか火を消す話です。火が出ると泣き出す園児もいて、火の怖さが伝わったのではないかと思います。

女性消防団員は、毎年市内の幼稚園や保育所で子どもたちに火遊びの危険性や消火器設置の必要性を伝える活動をしています。まだ訪問していない所もありま

す。

（市女性消防団員 広報班・土性美紀）

■問い合わせ先
生活安全課
☎(36) 5050



自動交付機 証明書発行の利用案内

■問い合わせ先
▽市民課 ☎(36) 1126
▽税務課 ☎(36) 7351

▽磁気カード式印鑑登録証（市民カード）への切り替えや暗証番号の登録は、市民課と大島行政センターで受け付けています。

▽税関係証明書は、交付できる証明書の種類や年度などが限られていますので、利用前に問い合わせてください。

年末年始の休み一覧表

主な市内施設などの12月28日(金)から平成25年1月5日(土)の休み（●印）をお知らせします。

施設名		12月				平成25年 1月					問い合わせ先
		28日 (金)	29日 (土)	30日 (日)	31日 (月)	1日 (火・祝)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	
市役所			●	●	●	●	●	●		●	総務課 ☎(36) 1272
大島行政センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(72) 2211
自動交付機	市役所本庁		●	●	●	●	●	●			市民課 ☎(36) 1126
	サンリブ くりえいと宗像		●	●	●	●	●	●			
メイトム宗像			●	●	●	●	●	●		●	市民活動交流室 ☎(36) 0311
海の道むなかた館			●	●	●						海の道むなかた館 ☎(62) 2600
男女共同参画 推進センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(36) 0250
子育て支援センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(37) 3741
青少年センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(37) 3500
発達支援センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(36) 0224
消費生活センター			●	●	●	●	●	●			同センター ☎(33) 5454
市民図書館(全館)		●	●	●	●	●	●	●	●		宗像ユリックス図書館 ☎(37) 1321
宗像 ユリックス	本館	●	●	●	●	●	●	●	●		宗像ユリックス ☎(37) 1311
	アクアドーム	10:00～17:30			●	●	10:00～17:30				
	テニスコート	9:00～17:00			●	●	9:00～17:00				
各地区 コミュニティ・センター		●	●	●	●	●	●	●	●		コミュニティ課 ☎(36) 5394
市民体育館			●	●	●	●	●	●			同館 ☎(32) 1230
勤労者体育センター			●	●	●	●	●	●			市民活動推進課 ☎(36) 1540
弓道場			●	●	●	●	●	●			吉武コミセン ☎(32) 5904
玄海 B & G 海洋センター			●	●	●	●	●	●			同センター ☎(62) 2119
学校開放施設			●	●	●	●	●	●			市民体育館 ☎(32) 1230
道の駅むなかた (物産館、食堂)					●	●	●	●	●	●	道の駅むなかた ☎(62) 2715
うみんぐ大島		8:30～12:00営業 (午後は休み)			●	●	●	●	●		うみんぐ大島 ☎(72) 2361
正助 ふるさと村	もやいの家		●	●	●	●	●	●	●		同村 ☎(35) 1100
	正助茶屋	12月26日(水)～平成25年 1月 6日(日) 休業									
宗寿園				●	●	●	●	●			宗寿園 ☎(33) 2761
大島ふれ愛センター			●	●	●	●	●	●		●	同センター ☎(72) 2294
大島診療所			●	●	●	●	●	●			同診療所 ☎(72) 2004
大島運動場			●	●	●	●	●	●			市民活動推進課 ☎(36) 1540
ふれあいバス (循環バス 含む)、コミュニティバス				● (＊)	●	●	●	●			生活安全課 ☎(36) 5050
渡船	大島航路	1～3日は第2～6便で運航 ＊第1と7便は運休									渡船課 ☎(72) 2535 ＊運行については 14ページを参照
	地島航路	▽1日＝地島発10:00と16:00、神湊発11:30と17:00 ▽2、3日＝第2～5便運航(第1便と第6便は運休)									
燃やすごみ収集						●	●	●			生活環境課 ☎(36) 1421
し尿収集	宗像地区			●	●	●	●	●	●		
	玄海、大島地区			●	●	●	●	●	●		
資源物受入施設			●	●	●	●	●	●			
休日外科当番医		●	12/29～1/3の9:00～17:00 各当番医(10ページ参照)が診療						●	●	12月分は11月15日 号11ページを参照
休日歯科		●	●	12/30～1/3の 9:00～16:30診療					●	●	歯科休日急患センター ☎(34) 8080
休日小児科・内科			12/29の18:00～1/4の6:00まで 連続診療								急患センター ☎(36) 1199

(*) 循環バスのみ30日(日)は運行

グローバルアリーナ インドア テニス スクール 生徒募集中!!

平成24年12月16日迄に入会手続きをして頂くと、入会金100%OFF!
GA テニスショップの商品券5,000円分プレゼント!

キッズ・ジュニア初心者特別割引クラスは3000円分になります。

無料体験受付中!! お気軽にお問合せ下さい!!

レンタルラケット・シューズ無料貸し出し致します。

グローバルアリーナ

テニスコート直通
TEL.0940-33-9680

初心者特別クラス開講

通常料金 2ヶ月8回 ¥16,800が ¥10,500と割安に!!

悠々クラス割引

65歳以上の方は、¥2,100の割引き有!!

キッズ&ジュニアクラスも充実!

料金:2ヶ月8回 ¥8,400 / 対象:5歳～15歳

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

E-mail: tennis@g-arena.com





海を越えた焼物

わが国では、昔から、大陸や朝鮮半島との交易でもたらされた品物は、貴重なものとして扱われていました。特に、唐物（からもの）と呼ばれる中世から近世にかけて輸入された中国製美術品は、大変珍重（ちんちょう）されました。今回は、宗像に輸入された唐物の中から陶磁器に注目しました。

輸入された陶磁器

日本に陶磁器が輸入され始めたのは奈良時代のことです。沖ノ島の祭祀（さいし）遺跡から出土した唐三彩（とうさんさい）の「つぼ」はよく知られていま

磁の「わん」や「皿」が大量に見えられました。全て、平安時代末から鎌倉時代にかけて海を越えて中国から輸入されたものでした。

翡翠の輝きを持つ青磁

青磁が焼かれるようになったのは、古代中国の三国時代（220～280年ごろ）にさかのぼるといわれています。中国で「玉（ぎよく）」といわれる翡翠の色を目指して作られた焼物です。微量の鉄分を含む釉薬（ゆうやく）を掛けて、登り窯を使用して高温で還元炎焼成（酸素を絶つて焼き上げること）された

昭和60年に宗像ユリックスを建てるために実施された久原遺跡の発掘調査で、大きな溝から白磁や青



久原遺跡の発掘調査で発見された白磁の皿



ハスの花や葉を刻み込んだ青磁の「わん」

ものです。釉薬の中にある鉄分が還元されて青く発色することから名付けられました。

南宋（なんそう）時代（1127～1279年ごろ）になると、龍泉窯（りゅうせんよう）浙江省（せいしやう）という窯で最盛期を迎えました。「わん」の内側にヘラを使った片彫りで、ハスの花や葉を刻み込んだものなどが作られました。この青磁は日本、朝鮮半島、東南アジア全域の他、はるかシルクロードを渡って、各国へ運ばれてい

ました。

新雪のように輝く白磁

白磁が焼かれるようになったのは、古代中国の北斉（ほくせい）（560～570年ごろ）にさかのぼるといわれています。その後、北宋（ほうそう）時代（960～1127年ごろ）の定窯（ていよう）河北省（かほくしやう）という窯で「わん」や「つぼ」などが多く作られました。胎土（はいど）に使用している白色陶土（とうど）の上に透明な釉薬（ゆうやく）をかけて、登り窯を使用して高温で焼成したものです。



る青白磁（せいはいくじ）なともあります。



口縁の外側を丸くする玉縁の白磁

国際交易で栄えた宗像

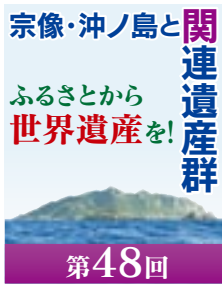
透明な釉薬で、つやのある柔らかな白色に仕上がることから名付けられました。「わん」の口縁の外側を丸くする玉縁（たまぶち）などが作られました。

また、微量の鉄分を含んだ釉薬をかけて焼き上げて、文様の溝にたまった釉

が青味を帯びて水色に見え

これらの輸入陶磁器は、博多や平安京、奥州平泉など交易に携わる場所や大都市で、数多く発見されています。宗像大社神宝館に展示している阿弥陀経石（あみだきようせき）や宋風狍犬（そうふうこまいぬ）も中国から輸入されたもの

道むなかた館で展示してい



宗像・沖ノ島と関連遺産群

第48回

「宗像大社」と「宗像神社」ふさわしいのはどっち？

現在、宗像大社は、世界遺産候補の1つとして「宗像神社」という名称を使用しています。宗像大社の鳥居の扁額（へんがく）にも、「宗像神社」と書いてあります。また、歴史的にも宗像神社や宗像宮、宗像社と呼ばれていました。

文獻では、「続日本後紀」承和5年（838年）で「宗像神社や阿蘇神社、香椎宮な



宗像神社と書かれている鳥居の扁額

どが遣唐使の平安を祈らせると記されています。また、「延喜式」延長5年（927年）には、宗像神社三

座が神名帳に列挙され、正式な神社名として登録されています。

明治34年に官幣（かんぺい）大社に昇格した宗像神社は、終戦後の昭和21年に宗教法人「宗像神社」として登記されますが、昭和52年には宗像大社に名称変更されました。

現在、多くの人に「宗像大社」として親しまれているため、「宗像神社」に違和感を持つ人も多いの



で、国内でも珍しく、貴重なものです。久原遺跡だけでなく、市内から数多く見つかった白磁や青磁も、交易で栄えていた宗像を物語る証人です。

この白磁や青磁は、海の道むなかた館で展示してい

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

宗像シティボウル / 宗像バットイングセンター

大人気の
早割りサービス
毎日実施中！
朝10時～11時受付

1ゲーム **300円**

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）

子供会のご予約承ります
天候に左右されないボウリングは
歓送迎会に最適です

2月・3月は混み合いますので、お早めに

- ①室内ですので天候に左右されません
- ②年齢を超えて気軽に楽しめます
- ③予約では練習投球・始球式から成績表の出力までお手伝いいたします

☆ファミリーで
安心して楽しめます☆

ガターにならないバンパーレーン
全レーン設置

すべり台でボールが転がせます

ボールシューター

4台設置（未就学児専用）

TEL 0940-36-6833

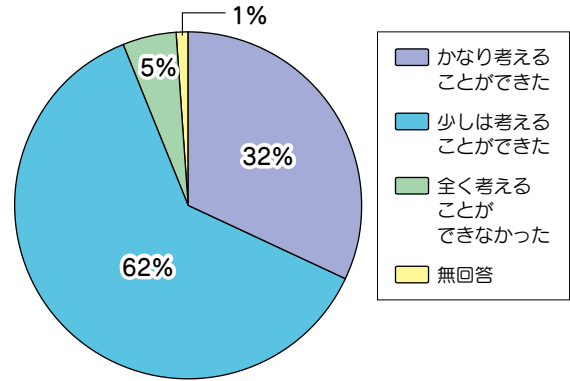


所在地 宗像市王丸徳丸772

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でご覧ください。

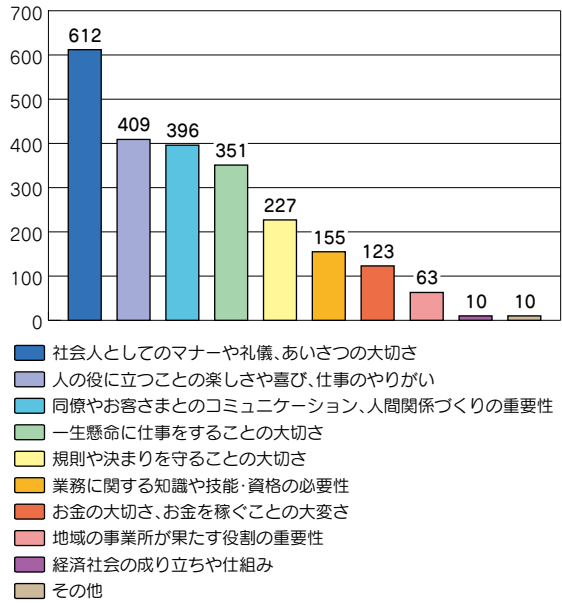
グラフ1

「ワクワクWORK」を通して、自分の興味や適正、あるいは将来の進路や職業について考えることができましたか？（1つだけ○を）



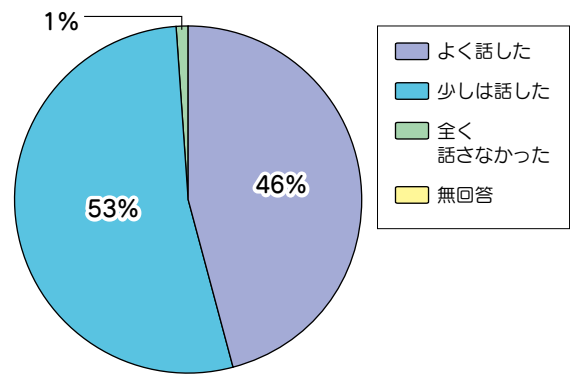
グラフ2

「ワクワクWORK」を振り返って、事業所の人から教わったことで特に重要なことは、どういうものだと思いますか？（複数回答・3つまで）



グラフ3

家庭の中で、「ワクワクWORK」期間中やその前後に、職場体験での出来事や「働くこと」「進路」などに関して子どもと会話をしましたか？



自分たちの将来について考えた5日間



アンケートで振り返る

ワクワクWORK

「働くこと」への意識付けの事前学習

市教育委員会では、市内全中学校の2年生877人による職場体験学習「ワクワクWORK」を9月10日から同14日までの5日間実施しました。今年で11年目の「ワクワクWORK」。中学生にとって、どのような体験となったのでしょうか。生徒や保護者、事業所からのアンケートをもとに振り返ります。

問い合わせ先 教育政策課 ☎(36) 5099

市内の234事業所で職場体験

今年は、市内の234



各中学校では、1年生の時から将来の夢とそれに向かう進路、身近な人の職業について調べ学習や発表をしたり、自分の適性について学んだりしてきました。事業所への事前訪問では、仕事内容などを打ち合わせ、体験期間へ向けての意識付けをしました。

事業所に生徒を受け入れてもらいました。受入先は、ショッピングセンターなどのサービス業、病院などの医療機関、幼稚園などの教育機関、図書館などの公共機関、農業や漁業関係の事業所などさまざま。生徒たちは、それぞ



特技を披露し、自信もつきました

職場体験後に振り返る事後学習

れの仕事の楽しさや苦勞などを身を持って体験できました。また、社会での幅広い人間関係の大切さも学びました。

生徒や保護者のアンケートから

《生徒の感想》

職場体験後は、事業所へお礼の手紙を書いたり、職場体験をまとめた壁新聞を作ったり発表したりしました。体験前の自分の

職場体験を通じて、94パーセントの生徒が、自分の興味や適性、将来の進路や職業について考えていることが分かります（グラフ1参照）。短期間でも実際に社会に出て仕事を体験したことが大きな影響を与えているようです。

「社会人としてのマナーや礼儀、あいさつの大切さについて」「同僚やお客さまとのコミュニケーション、人間関係づくりの重要性について」



商品整理で陳列の大切さを学びました

て「人の役に立つことの楽しさや喜びについて」という回答が多数を占めています（グラフ2参照）。体験期間中に事業所から、今後、社会に出ていくために重要なことを教えてもらっていることが分かります。

《生徒のアンケートから》

▽施設利用のみなさんに特技などを隠さず披露することができた
▽礼儀正しくマナーを守って、最後まで気を抜かず



水圧に驚いた放水を体験

に頑張った
働く人の一生懸命な姿を見て、「働けばこんな苦しみもあつて、楽しさもあるんだなあ」ということが分かった

ワクワクWORKを通して、仕事の楽しさや苦しさなどを学ぶことができました。また、自分の特技を披露したり、自分を表現したりすることを学んだ子どももいました。

《保護者のアンケートから》

●保護者のコメント
▽日ごろできない仕事が出てきて「楽しかった」と話していました。その仕事を毎日、何年間もできるかと聞くと「大変そう」という返事。働く大変さを少しは実感したようです

▽仕事から帰ってくる親に對し、今まで以上の感謝の心を持つてくれるようになった

【7ページへ続く】

遺言・相続・離婚・任意後見

安心を実感できる一生のプランニングが必要ではありませんか？

いざという時のために支援してくれる方法を考えて準備をしておくことが安心です。生活面、財産管理面の危機管理、遺言作成のことや、認知症になったら？ひとり暮らしで病気になったら？という疑問についてのご相談もお受けします。老後の生活相談ということでお気軽にご予約ください。



- 当事務所のご相談は完全予約制で他の方と接することなく、安心して相談をしていただくことができます。
- 午前9時から午後5時まで、それぞれ1件のみご予約承ります。
- ご相談料は1回3,000円ですが、同時に書類作成のご依頼を承った場合はご相談料無料になります。なお、費用、報酬は事前にお見積もりいたします。
- ご自宅や施設まで出張可能です。お気軽にお電話ください。

福地幸子行政書士事務所
宗像市光岡85-1旭ビル2F（国道3号沿い洋服の青山さん横）

TEL0940-34-8084

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 TEL0940-29-7457
法律事務所田川オフィス TEL0947-46-4655
法律事務所那珂市オフィス TEL0946-23-9933
法律事務所飯塚市オフィス・飯塚駅前法律相談室 TEL0948-43-8050 TEL0948-43-8891

【6ページから続く】

「働くこと」の大変さを知り、自分の将来について深く考え始めた子どもたちと、今後も家庭で多くの会話を交わしてくれることを願っています。

《事業所のアンケートから》

●事業所のコメント

▽「子どもたちと遊ぶだけではいけない」というこ



園児たちと近い距離で接しました

とに気づいてくれたようでした。「働くことの難しさや大変さ」を実感できたのではないかと思います（保育所）

▽社会での規則、働くという意味や大切さを、学校での教育とは違う面で知ってもらうことで、生徒に

良い機会を与えられたと思います（サービス業）

職場に慣れ、自分からあいさつや仕事に取り組むなど、生徒らの行動や意識に変化が現れるには3日ほどかかるようです（グラフ4、5参照）。生徒のアンケートに「3日目ぐらいから仕事に慣れたので、自分から動けた」と書かれたものもありました。90パーセント以上の子どもたちが期間中に「仕事は自発的に動く必要がある」ことを学んでいることが分かります。これが、職場体験を5日としている理由です。

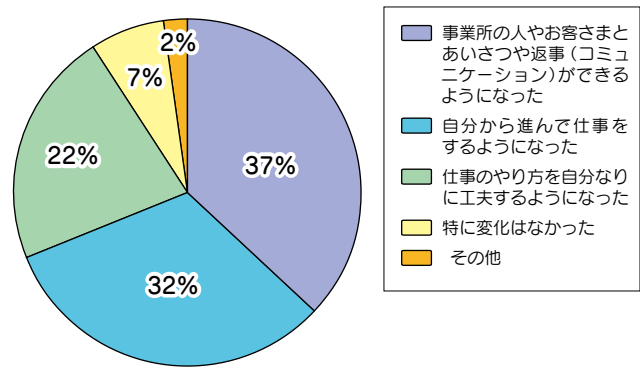


本格的な製菓に挑戦

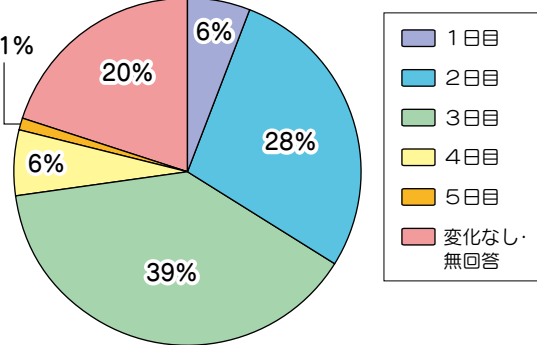
まとめ

生徒たちにとって、初めての「仕事」となったワクワクWORK。学校の教室では体験できない貴重な経験で、「働くこと」や「将来の自分」についての考えを深めたことでしょう。

グラフ4 「ワクワクWORK」の5日間で、生徒にどのような変化が見られましたか？（複数回答可）



グラフ5 変化が見られたと答えた人にお尋ねします。変化が見られたのは、何日目からですか？



働くことや学ぶことの意義を考え、目的や進路の意識をしっかりと持って進学や就職をする若者を育てるには、学校や家庭だけでなく、地域のみなさんの理解と協

力が必要です。事業所、地域のみなさんには、未来を担う若者を育てる事業に、今後も協力をお願いいたします。ありがとうございます。

問い合わせ先

教育政策課

☎(36) 5099

慮することが大切です。

して対処してください。

市民の責務

今回は、市民の責務について詳しく見ていきます。ここでいう市民とは、子どもを除く、市内に在住する人、市内で勤務する人、市内の学校に通っている人、市内に事務所や事業所を有する個人や法人、その他の団体（NPOなど）のことです。



地域で、子どもが意見を表明したり参加したりできる機会をつくるように努めなければなりません。

●地域で、子どもが参加する行事を考えると、大人のみで決めて、子どもがお客さんになっていませんか？ 行事に子ども

子どもが社会のルールに反することをしたときは、注意や指導、関係する機関に通報や連絡をしなければなりません。

子どもが社会のルールに反する行為をしたとき、子どもにとって最も良いことは何かを考えて、「見てみないふり」をするのではなく、その場で正しく注意や指導をすることが大切です。ただし、子どもが凶器

を持っていて場合など、危険を伴うときは、警察などの関係機関に通報や連絡を

次回は、子ども関係施設の責務について紹介します。

問い合わせ先

子ども育成課

☎(36) 1214

子どもを「社会の宝」であると認識し、子どもを温かく見守り、子どもが安心して過ごすことができるように努めなければなりません。

子どもは、地域で子ども同士や大人と触れ合うことで、人間関係や社会のルールを学び、知識や技能を身に付けることができます。市民のみなさんは、子どもが成長する権利を保障するとともに、「地域全体で子

道端で出会った子どもに「おはよう」「こんにちは」と声をかけることから始めてみませんか？

「もう参加したくない」と、子どもの意欲が失われるような対応をしないように配

西日本シティ銀行の

ATMなど休止のお知らせ

新システム移行に伴い、右記の休止期間中は、西日本シティ銀行のすべてのATMを休止させていただきます。

また、全国すべてのATMで、西日本シティ銀行のキャッシュカードがご利用いただけません。

平成24年12月

平成25年1月

29日

30日

31日

1日

2日

3日

土

日

月

火・祝

水

木

通常営業

ご利用いただけません。

通常営業

※なお、休止期間中は、ATMなどすべてのオンラインサービスがご利用いただけません。詳しくは当行ホームページ（<http://www.ncbank.co.jp/>）をご覧ください。



ココロがある。コタエがある。
西日本シティ銀行

3

1

2

虚像の道化師
カッシーナ
東野圭吾

ナミヤ雑貨店の奇蹟
角川書店

舟を編む
三浦しをん

大人向き
小説部門

3

1

2

健康にする
空飛ぶ広報室
有川浩

置かれた場所で咲きなさい
渡辺和子

大人向き
小説以外部門

3

1

2

緑会のふん
緑会恐竜の島の冒険
角川書店子ども向き
部門

2012年
予約回数
の多い本
ランキング発表

としょかん
へようこそ
宗像市民図書館

この1年間で、みなさんは何冊の本を読みましたか。図書館で予約回数の多かった本をジャンルごとに紹介します。

順番待ちの人がいますので、予約本の受け取りや返却は早めをお願いします。

■問い合わせ先 図書課 ☎(37)1321

大人向き小説部門		
1位『ナミヤ雑貨店の奇蹟』	東野 圭吾	角川書店
2位『舟を編む』	三浦しをん	光文社
3位『虚像の道化師』	東野 圭吾	文藝春秋
4位『三匹のおっさん ふたたび』	有川 浩	文藝春秋
5位『サファイア』	湊 かなえ	角川春樹事務所
6位『白ゆき姫殺人事件』	湊 かなえ	集英社
7位『空飛ぶ広報室』	有川 浩	幻冬舎
8位『ソロモンの偽証 第1部』	宮部みゆき	新潮社
9位『鍵のない夢を見る』	辻村 深月	文藝春秋
10位『蝸ノ記』	葉室 麟	祥伝社

大人向き小説以外部門		
1位『「空腹」が人を健康にする』	南雲 吉則	サンマーク出版
2位『置かれた場所で咲きなさい』	渡辺 和子	幻冬舎
3位『あんぼん 孫正義伝』	佐野 真一	小学館
4位『人生がときめく片づけの魔法』	近藤麻理恵	サンマーク出版
5位『聞く力 心をひらく35のヒント』	阿川佐和子	文藝春秋
6位『ミツカン社員のお酢レシピ』	ミツカン	幻冬舎
7位『大往生したけりゃ医療とかかわるな』	中村 仁一	幻冬舎
7位『ねこ背は治る!』	小池 義孝	自由国民社
9位『生きる悪知恵』	西原理恵子	文藝春秋
9位『お友だちからお願いします』	三浦しをん	大和書房

子ども向き部門		
1位『マジック・ツリーハウス』シリーズ	メアリー・ポープ・オズボーン	メディアファクトリー
2位『かいけつゾロリ』シリーズ	原 ゆたか	ポプラ社
3位『都会(まち)のトム&ソーヤ』シリーズ	はやみねかおる	講談社
4位『おおかみこどもの雨と雪』	細田 守	角川書店
5位『あさになったのでまどをあけますよ』	荒井 良二	偕成社
6位『炎路を行く者』	上橋菜穂子	偕成社
7位『戦争を取材する』	山本 美香	講談社
7位『だじゃれ日本一周』	長谷川義史	理論社
7位『ちか100かいだてのいえ』	いわいとしお	偕成社
10位『いるのいないの』	京極 夏彦	岩崎書店
10位『うわさのとんでも魔女商会』	あんびるやすこ	岩崎書店
10位『くれよんのくろくん』	なかやみわ	童心社
10位『ココロ屋』	梨屋アリエ	文研出版
10位『悪い本』	宮部みゆき	岩崎書店

国交
際流

家族で楽しむ
花浦川

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。

自然の景観が自慢の花浦川(ファポチョン)生態湿地が、多様な体験プログラムで注目を集めています。

10月28日の午前と午後の2回、「魚類専門家と一緒に実施する花浦湿地の魚類調査」が開催されます。この日は、「ほのかな色彩の美学・私たちの淡水魚」の著者、ペク・ユナさんが講師を務め、小学4年生から中学3年生までが参加できます。

淡水魚に関する講義をはじめ、ボートに乗って花浦川湿地の淡水魚を観察したり、ペクさんから淡水魚にまつわるおもしろい話を聞いたりするなど、特別なプログラムとなっています。

これに続いて11月3日と、同4日、同10日、同11日に、「湿地の中から見る湿地」というプログラムが実施されます。これは、保護者同伴の家族が対象で、花浦川湿地生態公園生態体験指導員のコーディネートのもと、ボートに乗って湿地を感じ、湿地に住む秋の動・植物鑑賞などを楽しむことができます。(金海市広報紙2012年10月22日発行分)

*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

ケアハウスはまゆう

入居者募集!!

玄海を望む好立地
緑豊かな自然環境
ゆったりしたお風呂
朝・昼・夜のバランスのとれた食事
安心・安全な生活をご提供しています。

●入居基準
●施設概要
●費用

年齢 60歳以上の自立した生活が可能な方
二人部屋3室(夫婦、親子、兄弟姉妹など三親等以内)
個室24室
入居一時金なし
月々の費用 8.4万円~13.5万円
収入(年金)により負担額が変わってきます。
費用は食事代・水光熱費等すべて含みます。

お気軽にお問い合わせください。

社会福祉法人 柏芳会記念福祉事業会
ケアハウスはまゆう TEL 0940-62-4398
または ケアポート玄海 TEL 0940-62-4312

併設事業
特別養護老人ホーム ケアポート玄海
ショートステイ・デイサービスセンター
居宅介護支援事業

ケアハウスとは、老人福祉法に基づく居住施設で60歳以上の高齢者が自立して生活できるように配慮された食事付きの賃貸住宅です。

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

メディアと上手に
向き合うために

「情報化社会」と呼ばれる現代社会では、テレビ、新聞、雑誌、インターネットなどのメディアを通してさまざまな情報が日々発信されています。しかし、その内容をうのみにすることが多く、メディアの流す考え方や価値観が私たちの意識に大きな影響を与えています。

メディア・リテラシー
「メディアが発信する情報を読み解く」

メディア・リテラシーとは
情報が多くなるほど正確な情報が増えるため、自分で情報を見極め、判断し、活用・発信する力が必要です。この力を「メディア・リテラシー」といいます。

メディアとジェンダーの視点
私たちの社会には、メディアからの情報があふれ、固定的な性別役割分担意識にとらわれた表現や、性別で行動や考えを決めた表現が多く見られます。

特に、画像や映像は、言葉が理解できなくても無意識に受け入れられるため、繰り返し目にすることで偏ったイメージが形成されてしまう可能性があります。メディアの

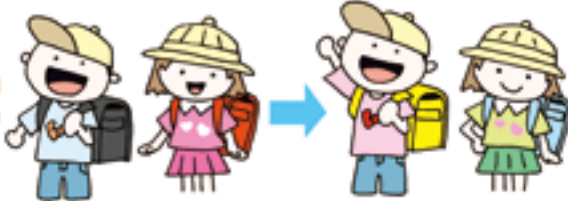
家事をするのは、女性のみでしょうか

家事をするのは女性のみではありません。男女が共に協力しましょう。



性別によってイメージが偏っていませんか

自分らしさを大切に、性別にとらわれず、一人ひとりの個性や自主性を尊重しましょう。



女性の場合のみ性別を強調していませんか

性別や役割を強調する必要はありません。



本日のゲストコメンターは
女医の〇〇〇〇さんです

本日のゲストコメンターは
医師の〇〇〇〇さんです

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こころと生き方の相談 (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・ 年末年始を除く)	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 「ゆい」	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		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

池上彰のメディア・リテラシー入門
池上彰／オクムラ書店

テレビ、新聞、インターネットにだまされない! あふれる情報から「真実」を読み取る技術を身につける一冊です。

ケータイ・リテラシー「子どもたちの携帯電話・インターネットが危ない」
下田博次／NTT出版株式会社

あなたの子どもは本当に安全ですか? 犯罪に巻き込まれないために、今、子どもに教えるべきパーソナル・メディア時代に必要な知識とは...



January

2013 CALENDAR
カレンダー

壁に張って利用
してください。

放射線量
測定結果

12月3日測定

市役所 0.078
赤間コミセン 0.067
道の駅むなかた 0.060
(単位: μSv/h)

●人のうごき(11月末日現在)●

人口 96,299 世帯 39,552
男 45,679 女 50,620
(11月中の異動数)
転入 303 転出 219
出生 58 死亡 81

日(SUN)	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
■資源物受入日 ⑤ ●北側(エコパーク宗像内) ▼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		▽(グローバルアリーナ)サニックス2013ワールドラグビーユース交流大会 11:00～ ^⑮	▽(グローバルアリーナ)サニックス2013ワールドラグビーユース交流大会予選会11:00～*5日まで ^⑮			▽メイトム宗像休み ^⑫ ▽剣道新春初稽古会(市民体育館)12:00～、初射会(弓道場) ^⑭ ▽道の駅むなかた(物産館、食堂)休み ^⑰
▽メイトム宗像休み ^⑫ ▽ふれあいバス・コミュニティバス運休 ^① ▽第32回新春フリースロー大会(市民体育館、河東小)9:00～、第9回市バレーボール親善大会・女子の部(赤間、南郷、自由ヶ丘、自由ヶ丘南小)9:00～ ^⑭ ▽宗寿園休み ^⑲	▽農業委員会定例総会(市役所北館2階・202会議室) 15:00～17:00 ^⑪		▽(シルバー人材センター)入会説明会 13:30～ ^⑮ ▽(宗寿園)舞踊＝藤間波奈敬千12:00～ ^⑲			▽(グローバルアリーナ)「デッドマー」U-13」11:00～*14日まで ^⑮ ▽(宗寿園)舞踊＝水穂聖恭12:00～(田久) ^⑲
▽2013成人式(宗像ユリックス・イベントホール)10:00～ ^④ ▽第2回市バレーボール親善大会・男子の部(赤間小、自由ヶ丘南小)9:00～ ^⑭ ▽宗寿園休み ^⑲		▽防災とボランティア週間 *21日まで ^① ▽保育所2月入所締切日 ^⑩ ▽(宗寿園)舞踊＝藤間秀喜代12:00～ ^⑲		▽防災とボランティアの日 ^① ▽(宗寿園)舞踊＝岡垣ジョイフルの会12:00～(朝野友愛会) ^⑲		▽家庭の日 ^⑩ ▽食育の日 ^⑥ ▽(グローバルアリーナ)第12回九州ジュニア・ラグビー福岡ジャンボリー大会11:00～*20日まで、第9回グローバルアリーナジュニアバレーボール交流会9:00～*20日まで ^⑲ ▽(宗寿園)フラダンス12:00～ ^⑲
▽家庭の日 ^⑩ ▽ふれあいバス・コミュニティバス運休 ^① ▽子ども駅伝大会(宗像ユリックス・トレーニングコース)、第22回とびうめミニバスケットボール大会(市民体育館、市内各小学校)9:00～ ^⑭ ▽宗寿園休み ^⑲			▽(シルバー人材センター)入会説明会 13:30～ ^⑮			▽(グローバルアリーナ)「GLOBAL A RENA SOCCER FESTIVAL 2013」10:00～*27日まで ^⑮ ▽(宗寿園)将棋大会 9:30～、剣舞＝剣琳館12:00～ ^⑲
▽第22回とびうめミニバスケットボール大会(市民体育館、市内各小学校)9:00～ ^⑭ ▽宗寿園休み ^⑲	▽還付申告センター(赤間コミセン)9:30～11:30、13:00～15:00 *2月1日(金)まで ^③			▽第7期介護保険料 ^⑦ 、後期高齢者医療保険料 ^⑨ 、第4期市県民税 ^③ 、第8期国民健康保険税 ^⑧ の納期限 ▽市民図書館休み(月末整理日) ^⑬		生ごみ堆肥化講座 ⑤ 【フォロー講座】 ▽17日(木)／東郷コミセン *時間は10:00～11:30

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。

1月の休日外科当番医 午前9時～午後5時

休日小児科・内科

休日歯科

県小児救急医療電話相談

吉田・多礼ダム 98.6% (11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

1月の休日外科当番医 午前9時～午後5時

休日小児科・内科

休日歯科

県小児救急医療電話相談

市役所本庁(代表) 36-1121 36-1119
議事調査課 36-1272 36-5444
総務課 36-5050 36-5051
行政係 36-0890 36-1055
生活安全課 36-1128 36-1128
人事課 36-1192 36-1284
秘書課 36-1104 36-1161
秘書係 36-7350 36-7351
広報・報道係 36-5392 36-5394
市民課 36-1540 36-1270
国民年金係 36-0048 36-1421 36-1130
経営企画課 36-1308 36-1187
定住化推進室 36-7353 36-3135
財政課 36-4877 36-5186 36-1285
契約検査室 36-1363 36-1348 36-1484
税務課 36-5203 36-1577 36-7471 36-1357 36-1214 36-1365 36-5099 36-1322 36-5093 36-1375 36-5093 36-0037
収納課 36-1308 36-1187
コミュニティ課 36-7353 36-3135
市民活動推進課 36-4877 36-5186 36-1285
人権対策課 36-1363 36-1348 36-1484
男女共同参画推進課 36-5203 36-1577 36-7471 36-1357 36-1214 36-1365 36-5099 36-1322 36-5093 36-1375 36-5093 36-0037
生活環境課 36-1308 36-1187
自然環境課 36-7353 36-3135

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

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

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

マイバッグを持って
買い物に行こう

第7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「市レジ袋削減懇談会」を立ち上げ、低炭素化社会、3R循環型社会の構築を目指しています。

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

◎とれとれプラザかのこの里(店長の大和弘さん)

かのこの里は、宗像産農産物を主体とした農家直営の直売所です。四季を通じて地元産の野菜の品ぞろえが豊富で、新鮮な野菜類を市内の小・中学校にも給食の食材として届けるなど、地産地消運動を支えています。

当店は、レジ袋削減運動に取り組み、マイバッグ持参の特典として、買い物1回につきポイントカードに3ポイント加算しています。お客さまの協力でマイバッグ持参率が向上し、運動の成果が現れています。

少しでも限りある資源を大切にしようと従業員一同意識を共有し、今後もレジ袋削減運動に取り組みます。



かのこの里
店長の大和さん

◎ほたるの里(森田スズ子さん)

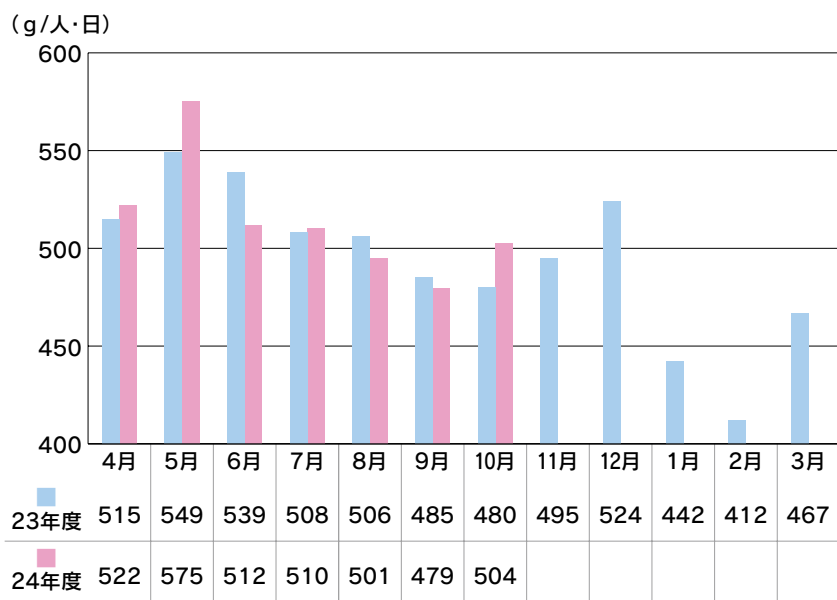
ほたるの里は、新鮮な野菜、果物、肉、魚、加工品を販売しています。

マイバッグ持参のお客さまにはポイントカードを用意していて、買い物500円ごとに1ポイント加算し、60ポイントで500円分の買い物券と交換しています。設立当時から約10年続いています。



ほたるの里
森田さん

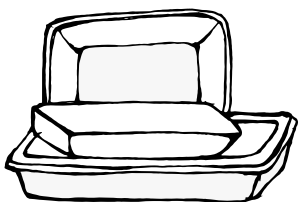
家庭の燃やすごみ量の推移
(1人1日当たりのごみ量)



分別することでごみ量を減らしましょう

ごみとして出す前に、分別して資源物になるかどうか確認するなど、ごみの減量に取り組みましょう。

例えば、白色トレイは1枚で5～8gもあります。店頭で回収している店もありますので、分別して出してください。



■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421

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堆肥化講座を開催。1月はダンボールコンポスト実践後の疑問などに答える「フォロー講座」を東郷コミセンで開催します。受講無料。事前申込必要。

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堆肥化講座を開催。1月はダンボールコンポスト実践後の疑問などに答える「フォロー講座」を東郷コミセンで開催します。受講無料。事前申込必要。

◆ダンボールコンポストの

疑問に答えます

フォロー講座を開催

生ごみ堆肥化講座



■問い合わせ先
生活環境課
☎(36)1421

【1月の講座】

* 事前申込必要

	日程	時間	場所・申込先(月曜日は休み)	
フォロー講座	1月17日(木)	10:00～11:30	東郷コミセン	☎(36)7711
	1月22日(火)	17:30～19:00	市役所北館1階103会議室	☎(36)1421

* 1月23日(水)に予定していた自由ヶ丘コミセンでのフォロー講座は、改修工事のため2月7日(木)に延期になりました



12月29日(土)～平成25年1月3日(木)

粗大ごみ回収、資源物受入施設、エコパーク宗像(自己搬入)、不燃物埋立処理場、大島一般廃棄物処理場(自己搬入)

燃やすごみ

平成25年1月1日(火・祝)～同3日(木)

燃やすごみ

年末年始のごみ休み



■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36)1421

*粗大ごみの回収は、年末に申し込みが多数あります。年内に粗大ごみの回収を希望する場合は、早めに申し込みを
*エコパーク宗像は、年末は大変混雑します。早めにご利用を

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10月までの清掃状況を紹介します。

【10月】▽参加人数=38人 ▽収集量=269袋

【累計】▽参加人数=8,514人 ▽収集量=1万9,784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)



さつき松原管理運営協議会

松原を後世に残したい



日本の白砂青松100選に選定されているさつき松原

このコーナーでは、みなさんにさつき松原アダプト・プログラムのことをもっと知ってもらうために、参加団体などを紹介します。

今回は、アダプト・プログラム0ヘクタールにわたってクロマツが植樹された松林で、全域が玄海国定公園に指定され、日本の白砂青松100選にも選定されています。しかし近年、松くい虫の被害でクロマツが枯れ、かつての面影はなくな

なりつつあります。そこで、この松原を後世に残すために立ち上がったのが、さつき松原管理運営協議会です。同協議会は、池野、玄海、岬地区のコミュニティ運営協議会と玄海さつき松原保存会、宗像観光協会、宗像漁業協同組合、鐘崎漁業協同組合、県立少年自然の家「玄海の家」、むなかた「水と緑の会」の9団体で構成されています。このさつき松原管理運営協議会は、アダプト・プログラムの仕組みを平成21年度につくりました。また、市と共催で、林内に落ちた枯れ枝を除

お知らせ

市から

市節電コンクール結果発表

55キロワット／月で、一番多く削減した世帯は、243キロワット／月(前年度比)も削減しました。今回応募された主な「節電に心がけた行動」を紹介します。▽冷房の設定温度は28度で、扇風機を同時に使った

をした。▽炊飯器や電気ポットの保温をやめた。▽外が明るい間は室内の照明を使わなかった。▽LED電球へ交換した。▽待機電力をなくすため、使っていない電気製品のプラグを抜いた



みなさん、電気量削減への取り組みを、健康に支障のない範囲でお願いします。

問い合わせ先 自然環境課 ☎(36) 1130

MR(麻しん、風しん)3、4期の予防接種はもう受けましたか？

「接種できる期限は、平成25年3月31日(日)まで」
*期限内の接種は無料(公費)ですが、期限を過ぎると有料(1万円程度)となります

母子健康手帳で接種履歴を確認し、接種を受けていない人は早めに予防接種を受けましょう。
*3月は毎年、接種者が集中します。ワクチンが不足し、期限内に接種できなかった場合な

どは自己負担となりますので、早めの接種をお勧めします
●予防接種時の注意事項
▽必ず事前に医療機関に電話予約をしてください。予防接種指定医療機関で、ワクチンの在庫状況が異なります
▽接種時は、予防票と母子健康手帳が必要です。予診票がない人は再発行しますので、母子健康手帳を持って子ども家庭課窓口(市役所西館1階)へ来てください
▽保護者が同伴しない場合は、同意書が必要です
■問い合わせ先 子ども家庭課 ☎(36) 1365

こねつとのもったいない リサイクルマーケット

11月3日のこどもまつりでこねつとが開催したリサイクルマーケットには、子ども服やおもちゃなど、2,884品が集まり、全ての品物が「もとめる人」に引き取られました。



たくさんの人でにぎわうリサイクルマーケット

今回で3回目を迎えたこのイベントは、リサイクルの取り組みの一環として、家庭で不用になった品物を「ゆずる人」を募集し、「もとめる人」に渡すことを目的としています。当日は開場前から行列ができるほどの大盛況で、昼前には全ての品物が引き取られました。参加者から「今年も楽しみにしていました。子ども服はすぐに小さくなるので、ゆずってもらえてうれしい」「チャイルドシートは高価だし、捨てるのはもったいないと思っていたので、他の人に喜んで使ってもらえるとうれしい」などの感想が、こねつとへ寄せられました。

*通常のもったいないコーナーは、「もとめる人」がもとめる品目などの情報を登録し、「ゆずる人」が情報を見て、ゆずりたい品目を連絡し、その仲介を「こねつと」が実施しています
■問い合わせ先 生活環境課 ☎(36) 1421

11月30日現在、次の子育て・教育関連用品を「もとめている人」がいます。

- 木のおもちゃ(メリー・ガラガラ) ●一輪車 ●三輪車 ●自由ヶ丘南小学校ジャージ(冬用) ●自転車(男児用) ●ジャングルジム ●ピアノ ●赤間くるみ幼稚園制服・帽子(90-120)、かばん ●赤間小学校体操服 ●博多のびっこ幼稚園制服一式(女児100-120)

■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

対象者のみなさん

節目健診、がん検診を受診しましたか？



節目健診の受診券

平成24年度住民健診（会場は宗像医師会病院健診センター、メイトム宗像）の日程が残りわずかとなっています。一定年齢の人を対象とする「節目健診受診券（肝炎ウイルス、腹部エコー、前立腺がん、骨粗しょう症、歯科）」や「がん検診無料クーポン券（子宮頸がん、乳がん、大腸がん）」は、個別に送付済みです（対象者は表1、表2参照）。

各券には有効期限があります。また、期限内でも、申込者が定員に達した場合は、受診することができませんので注意してください。

- ＊歯科は、個別歯科医院での受診のみ。直接、歯科医院へ申し込みを
- ＊子宮頸がん、乳がんの無料クーポン券は、市内・市外の婦人科など、個別医療機関での受診も可能
- ＊大腸がん無料クーポン券は、住民健診での受診のみ使用可能です。住民健診日程を追加しましたので、ぜひ利用してください（表3参照）

各券は申請で再交付できます。各券や個別医療機関一覧などが手元にない場合は問い合わせを。

■問い合わせ先 健康づくり課 ☎(36) 1 1 8 7



【表1 節目健診対象者】

項目と自己負担金	対象年齢条件 (平成25年3月31日時点で次の年齢になる人)
肝炎ウイルス (無料)	40歳の男女
腹部エコー (500円)	40、50、60歳の男女
前立腺がん (無料)	40、50、60歳の男性
骨粗しょう症 (無料)	40、45、50、55、60、65、70歳の女性
歯科 (無料)	40、50、60、70歳の男女

【表2 がん検診無料クーポン券対象者】

項 目	対象年齢条件 (平成24年4月2日から平成25年4月1日までの間に、次の年齢になる人)
子宮頸がん	21、26、31、36、41歳の女性
乳がん	41、46、51、56、61歳の女性
大腸がん	41、46、51、56、61歳の男女

【表3 住民健診日程追加】

会 場	日 程
市役所 (大腸がんのみ)	平成25年2月19日（火）、3月4日（月）、同19日（火）



子宮頸がん検診
無料クーポン券



乳がん検診
無料クーポン券



大腸がん検診
無料クーポン券

赤間宿の魅力をあらためて実感
1回目の9月26日は、江戸天保期（1831年ころ）の街並みについての勉強会。山口さんは、赤間と陵厳寺の古文書を紹介しながら、これまで位置不明とされていた宿

場の出入口の一つ「東構口（ひがしかまえぐち）」と、福岡藩のお触れなどを貼り出す「制札場（せいさつば）」の地所を明示しました。

さらに、天保期の絵図や明治期の土地資料などから、藩主の別邸で本陣でもあった「御茶屋」の地所をほぼ特定し、「宗

赤間西郷土・歴史愛好会代表の山口浩さん（65歳）が、地域に伝わる江戸期の資料を調べた結果、赤間宿の街並みに関して新たな発見をしました。その成果を地域のみなさんに知ってもらおうと、同会が所属する赤間西「ミニユニティ運営協議会公民館活動部会」が9月26日と10月13日、「赤間西歴史塾」を開催しました。

赤間の宿を歩きました！

街並み新発見



赤間宿の街並みを散策

唐津街道赤間宿・畦（あぜ）町宿の見学、世界遺産登録を目

史が好きで参加しました。知らないことをいろいろ教えてもらって、とても楽しいです」と目を輝かせていました。

地域の歴史をもっと知ってほしい

同会が発足した平成20年の翌年から始まった赤間西歴史塾は、地域の身近な歴史をもっと知ろうという目的で開催。今年で4年目を迎えます。「先人の足跡をしっかりと受け継ぎ、後世へ伝えていくためには、地域の歴史を知ることが一番です」と山口さんは言います。

来年度の歴史塾について、同会の貞富良子さんは「近隣のコミュニティとより広く、深く連携した企画を考えたいと思います。今から心が躍ります」と抱負を語りました。

指している宗像大社・辺津宮と新原奴山（しんばるぬやま）古墳群のバス見学、昨年は筑前大島を巡りました。今回の赤間宿見学は、新発見を好機とした企画でした。ガイドを担当した赤間地区コミュニティとの今後の連携や共同企画を視野に入れた取り組みでもありました。市民の関心が高い郷土史の分野でも、一つのコミュニティを母体とした活動だけでなく、コミュニティ間のつながりが求められています。

赤間西コミュニティ運営協議会 ☎(38) 9 5 0 6

市から

四種混合ワクチン接種

11月1日から定期接種

お知らせ

●対象年齢 生後3カ月

7歳6カ月未満

問い合わせ先

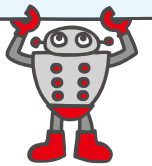
子ども家庭課

☎(36) 1 3 6 5

クリスマスイラスト

宗像市 障害者自立支援 協議会だより

第7回



今回は、先月号に引き続き、就労部会の取り組みについて報告します。

就労支援

パンフレットを

共通の

アセスメントシート

(調査票)を作成

就労支援に 関するアンケートを 実施

第3回の就労部会を11月8日に開催しました。第2回の協議内容の進捗(しんちよく)状況の確認や今後の取り組み、スケジュールなどを話し合いました。

現在、各施設の掲載内容や全体的な構成の確認作業を実施しています。今月中に作成し、年明けから各施設、宗像・福津の両市役所、関係機関などで設置・配布し、新たな

障害者就業・生活支援センター「はまゆう」から各施設での就労支援が必要な場合や、各施設から同「はまゆう」の支援

各施設で抱えている問題や課題などを把握するため、就労支援施設の全

な手段を活用した就労支援を実施します。



が必要な場合に、障がい者本人に関する必要な情報(希望する支援、生活状況、対人・生活能力、課題など)を共有するアセスメントシートを作成・整理することで、各施設間の効果的な支援・連携を強化していきます。

事業所を見学

市内の各施設がどのような就労支援を実施しているかなど、活動状況の見学や意見交換をしながら就労支援の充実を図ります。第1回は、就労支援施設「ジョブラボ」(赤間)で開催する予定です。

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ジャパントップリーグのラグビーチームです



一緒にブルースの応援に行きましょう

市では、ブルースの試合を応援に行く「ブルース応援会」を実施します。

●日時 平成25年1月6日(日) 12:00キックオフ

*市役所正面玄関前に10:00集合・出発

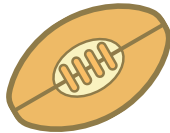
●会場 レベルファイブスタジアム (福岡市博多区東平尾公園2-1-1)

●対戦相手 NECグリーンロケッツ

●定員 先着50人

●参加費 無料

*観戦チケット(一般自由席)を進呈
●申込方法 12月27日(木)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



ユニフォームの「ジャージ」は2種類

ラグビーのユニフォームは「ジャージ」と言われ、「ファーストジャージ」と「セカンドジャージ」の2種類があります。

基本的には「ファーストジャージ」を着用しますが、対戦チームと色が同系色の場合は、「セカンドジャージ」を着用します。

ブルースは、「ファーストジャージ」がネイビー、「セカンドジャージ」が白を基調としています。

どちらにも、右袖に宗像市の市章が入っています。



右袖に宗像市の市章が入ったユニフォームで戦う選手たち

●問い合わせ先 市民活動推進課 ☎(36)1540

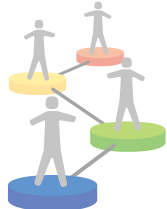
お知らせ

市から

渡船の年末年始 運航状況

年末年始の市営渡船(大島航路、地島航路)の運航ダイヤは、次のとおりです。

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



*平成25年1月4日(金)からは、両航路とも通常ダイヤで運航します

【大島航路】

▽平成25年1月1日(火・祝)同3日(木)は、第2、6便で運航します

*第1便と第7便は運休

▽12月29日(土)〜平成25年1月3日(木)は、全便フェリーでの運航となります

【地島航路】

▽平成25年1月1日(火・祝)は、地島発午前10時と午後4時、神湊発午前11時30分と午後5時で運航します

▽同1月2日(水)、3日(木)は、第2、5便で運航します

*第1便と第6便は運休

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

県心身障害者 扶養共済制度

この制度は、障がいのある人を扶養している保護者が毎月一定の掛け金を納めることで、保護者に万一(死亡、重度障がい)のことがあったとき、障がいのある人に終身一定額の年金を支給する制度で、県が実施しています。

す。市では、加入の手続きを随時受け付けています。

●対象 加入対象者Ⅱ心身障がい者を扶養している65歳未満の保護者で、生命保険に加入できる健康状態の人

●心身障がい者の範囲 ①身体障害者手帳1〜3級の人の

②知的障がい者 ③精神が身体に永続的な障がいがあり、県が①

②と同程度と認める人 ④年金額 月額2万円/1口

*1人につき2口まで加入可

●掛け金 加入時の年齢で異なる。掛け金の納付が経済的に困難な人は、所得に応じて助成あり

*詳しくは問い合わせ先 福祉課障害者福祉係
☎(36)3135
FAX(36)5856

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

●説明会 日時 平成25年1月8日(火)午後1時〜同2時

▽会場 大島行政センター

*終了後、現地確認あり

●問い合わせ先 大島開発総合センター 元気な島づくり課 市民サービス係 (大島行政センター)

☎(72)2211

●公募期間 12月17日(月)〜平成25年1月31日(木)

●応募要件 次の全てに

該当する人

▽大島地域の活性化に資する事業を実施する人

▽自然環境に配慮し、大島地域の現有景観の保全に努めて事業を実施する人

▽施設を現状のままか、解体・改修などをして事業を実施する人

▽物件の引き渡しの日から、おおむね12カ月以内に事業を着手できる人

*詳しくは、市HPhttp://www.city.munakata.jp/「市内にお住まいの方」↓市

政情報・各課のページ」↓「元気な島づくり課」↓「お知らせ」で確認可

●利用条件 土地は無償貸与、建物は無償譲渡

●契約予定日 平成25年4月

●説明会 日時 平成25年1月8日(火)午後1時〜同2時

▽会場 大島行政センター

*終了後、現地確認あり

●問い合わせ先 大島開発総合センター 元気な島づくり課 市民サービス係 (大島行政センター)

☎(72)2211

●大島資料館 郷土文化学習交流課 (海の道むなかた館) ☎(62)2600



みんなで一生懸命引き揚げた地引網



本格地引網は大盛況！



元気な地島づくり協議会が、昨年度に引き続き「地島・本格地引網」を9月から10月にかけて、計5回開催しました。

募集人数を大幅に超える応募があり、各回、抽選で選ばれた約70人が参加。遠くは宮崎県からも参加がありました。

各回、泊漁港での開会式の後、地引網を実施



地引網でとれたスズキをうれしそうに持つ子ども

する小村海岸へ移動。海岸では、みんなで網を一生懸命引き揚げました。約70センチのスズキやヒラマサなどの大物も入り、子どもたちは大喜びでした。

地引網終了後には、参加者全員で海岸のクリーン活動を実施。そして、泊漁港に戻ってからは、お楽しみの昼食時間です。サザエやイカ、カマスなど、たくさん具材を七輪でじっくり焼き、参加者は大満足。昼食後は、島の特産品が当たる大抽選会が開催され、大盛況に終わりました。

■問い合わせ先
元気な島づくり課
推進係
☎(36) 1725

寒さに負けず大物狙い！ 宗像市長杯 うみんぐ大島釣り大会



市と(株)むなかた大島、スポーツニッポン新聞社が共催で、「宗像市長杯うみんぐ大島釣り大会」を11月10日に開催しました。

昨年度の大会は荒天のため中止になり、今回が1回目の開催となりました。冷たい風が吹く中、初心者からベテランまでの総勢113人が参加。マダイやクロ、アジなど8つの部門で勝負を実施し、参加者たちはみんな大物を狙って釣りを楽しみました。

大会終了後、参加者や来場者による稚魚放流事業や、うみんぐ大島のイメージガール・秋丸美帆さんと同施設事務局長の遠藤接円(つぐのぶ)さんによるトークショーで、会場は大いににぎわいました。

釣り大会の結果は、うみんぐ大島 <http://umi-ing.com/>を参照してください。

■問い合わせ先
元気な島づくり課(大島行政センター)
☎(72)2211



釣り大会の表彰者



大物を狙って釣りを楽しみました

工業統計調査に協力を

市では、従業者4人以上の全ての製造事業所を対象に、12月31日(月)を基準日とした工業統計調査(経済産業省管轄)を実施します。

この調査は、日本の工業の実態を明らかにし、中小企業施策や地域振興などの基礎資料を得ることが目的です。12月中旬以降、調査対象の事業所へ、統計調査員が伺いますので、同調査への回答

に理解と協力をお願いします。

■問い合わせ先
経営企画課行政評価係
☎(36) 1192

県小学校児童画展(宗像地区内)

海の道むなかた館では、県入選となった宗像地区の子どもたちの力作を展示します。入場無料。

●日時 平成25年1月1日(火・祝)～同6日(日) 午前9時～午後6時

●場所 海の道むなかた館

■問い合わせ先
海の道むなかた館
☎(62) 2600

国・県などから

ふくおか農林漁業新規就業セミナー・就業相談会

●主催 県

●日時 平成25年1月5日(土) 午後1時～同4時30分

●受付は午後0時30分～同4時

●会場 福岡ファッションビル7階・大ホール(福岡市博多区博多駅前2・10・19)

●内容
▽新規就業セミナーⅡ農林漁業の現状、体験談
▽新規就業相談Ⅱ農林漁業個別相談(農業法人などへの就職面接会ではありません)

●対象 農林漁業を始めてみたい人、農林漁業事業体への就業希望者

●参加費・相談料 無料

●事前申込不要

●会場 福岡ファッションビル7階・大ホール(福岡市博多区博多駅前2・10・19)

●内容
▽新規就業セミナーⅡ農林漁業の現状、体験談
▽新規就業相談Ⅱ農林漁業個別相談(農業法人などへの就職面接会ではありません)

●対象 農林漁業を始めてみたい人、農林漁業事業体への就業希望者

●参加費・相談料 無料

●事前申込不要

■問い合わせ先
県経営技術支援課後継人材育成室
☎092(643) 3495

狩猟免許試験と予備講習会

●主催 県

●日時 平成25年1月20日(日) 午前9時～午後5時

●場所 クローバープラザ(春日市原町3・1・7/県総合福祉センター5階)

●内容 網・わな猟、第1種銃猟、第2種銃猟
受験料 5200円/1種

●試験一部免除者は3900円

●申込締切日 平成25年1月9日(水)

●【予備講習会】
●主催 (社) 県猟友会

●日時 平成25年1月12日(土) 午後0時30分～同5時

●会場 クローバープラザ(前述)県総合福祉センター・セミナールームC)

●【共通事項】
●宗像市民は補助金制度あり

●申込方法など詳しくは問い合わせ先
宗像猟友会(占部)
☎(36) 0564

●内容 網・わな猟、第1種銃猟、第2種銃猟
受験料 5200円/1種

●試験一部免除者は3900円

●申込締切日 平成25年1月9日(水)

●【予備講習会】
●主催 (社) 県猟友会

●日時 平成25年1月12日(土) 午後0時30分～同5時

●会場 クローバープラザ(前述)県総合福祉センター・セミナールームC)

●【共通事項】
●宗像市民は補助金制度あり

●申込方法など詳しくは問い合わせ先
宗像猟友会(占部)
☎(36) 0564

●内容 法令(銃刀法、火取法、狩猟法)、鳥獣の判別、実技(銃、わな、網)

●受講料 3000円

●別途、例題集1500円必要

●申込締切日 12月26日(水)

●【共通事項】
●宗像市民は補助金制度あり

●申込方法など詳しくは問い合わせ先
宗像猟友会(占部)
☎(36) 0564

平成25年度県農業大学校研修生募集

●主催 同大学

●応募期間 平成25年1月4日(金)～同2月8日(金)

●募集コース 野菜、花

●内容 短期間での技術習得研修

●応募要件
▽県内での就農を志す人
▽就農して間もない農業者

●品目転換を志す農業者

●研修期間 6カ月以上1年以内

●研修開始は平成25年4月

●定員 20人程度

●面接試験日 平成25年2月22日(金)

●応募方法など詳しくは問い合わせ先

●問い合わせ先
同大学校
☎092(925) 9129

平成25年度県警察年頭視閲

●日時 平成25年1月8日(火) 午前10時～正午

●場所 雁の巣レクリエーションセンター・駐車場(福岡市東区奈多1302・53)

●駐車場台数(有料駐車場)に限りがあります。来場時は、公共交通機関の利用を

●内容
▽年頭視閲(警察部隊分列行進、車両行進など)
▽白バイ・パトカーの体験乗車など

●詳しくは、県警HP <http://www.police.pref.fukuoka.jp/>を確認可

●問い合わせ先
県警察本部教養課
☎092(641) 1414



選挙一口メモ

努力不足はため、広げてつあ。



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。

選挙公報

都道府県の選挙管理委員会は、衆議院（小選挙区選出）議員選挙や参議院（選挙区選出）議員選挙、都道府県知事選挙のときに、候補者の氏名、経歴、写真、政見などを掲載した選挙公報を発行します。都道府県の選挙管理委員会が、選挙公報の掲載の順序を「くじ」で決め、投票日の2日前までに、選挙人の各世帯へ配布します。

■問い合わせ先
市選挙管理委員会（総務課内）
☎（36）1375

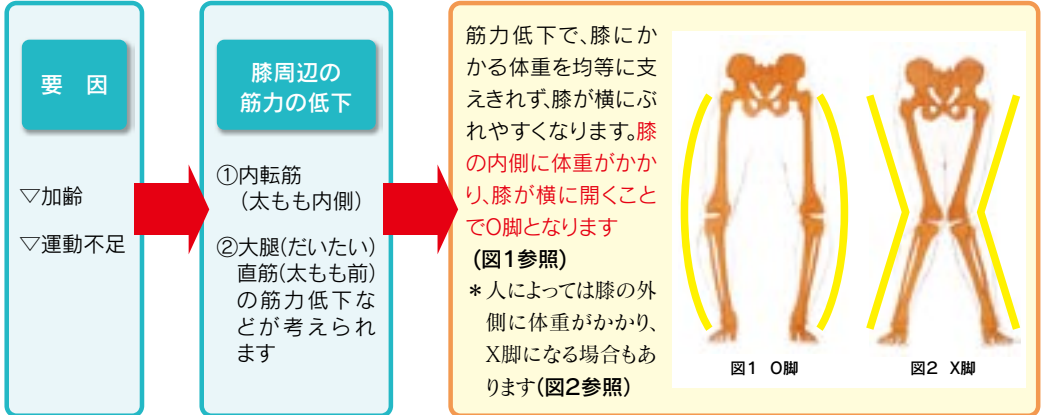


筋力トレーニングで膝痛を予防しよう

加齢や運動不足などで下半身の筋力が低下すると、膝痛を引き起こす可能性が高くなります。今回は、膝痛の要因の1つであるO脚の仕組みと、膝痛予防（O脚予防）のための運動を紹介します。

【膝痛の要因（O脚の仕組み）】

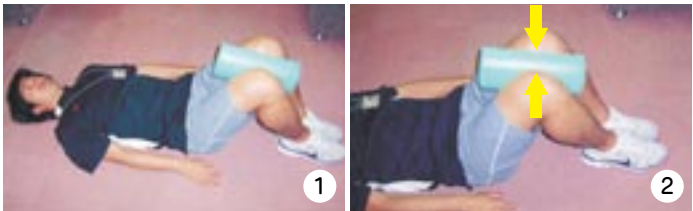
膝の内側に過度な負担がかかると、衝撃を吸収するクッションの役割をしている膝の軟骨がすり減り、関節の骨同士が直接ぶつかり合うようになります。進行すると、膝の炎症や変形を起こす可能性が高くなります。



【膝痛予防（O脚予防）の運動】

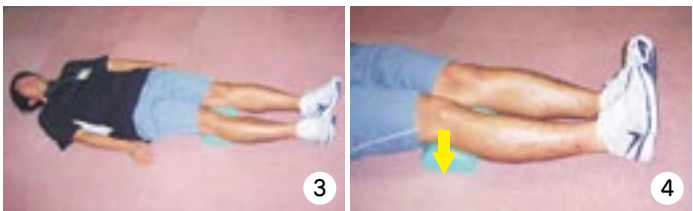
●内転筋（太もも内側）の筋力トレーニング

- （1）あおむけになり、膝を立てます
 - （2）両膝の内側に枕を挟みます（写真①）
 - （3）両膝で枕を押し合います（写真②）
- *つま先を真つすぐそろえます



●大腿直筋の筋力トレーニング

- （1）あおむけになり、両膝の下に枕を置きます（写真③）
 - （2）膝を伸ばした状態で枕を床に押し付けます（写真④）
- *膝、つま先は上向きです



いずれのトレーニングも呼吸を止めないように注意し、1回5秒程度、10回を目安に実施します。ぜひ、日常生活に取り入れてみてください。

■問い合わせ先 宗像ユリックス・アクアドーム ☎（37）1377

県特定最低賃金が改定されます

▽製鉄業、製鋼・製鋼圧延業、鋼材製造業Ⅱ1時間835円

▽電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具

国・県などから



具、情報通信機械器具製造業Ⅱ1時間793円

▽輸送用機械器具製造業Ⅱ1時間816円

▽百貨店、総合スーパーⅡ1時間764円

▽各種商品小売業Ⅱ1時間710円

▽自動車（新車）小売業Ⅱ1時間807円

●効力発生日 いずれも12月10日（月）

*詳しくは問い合わせ先

▽福岡労働局労働基準部賃金課

伝言板

鐘崎年末お魚まつり

主催 鐘崎漁業協同組合

日時 12月30日（日）午前7時開始

*売り切れ次第終了

*荒天中止、小雨決行

場所 鐘の岬活魚セン

〒092-4114

578

▽近くの労働基準監督署

労働トラブル無料電話相談

主催 県青年司法書士協議会

▽鐘崎漁業協同組合

☎（62）1500

鐘の岬活魚センター

☎（62）1570

*内容は変更になる場合があります

ター（鐘崎）

内容 正月ブリ、ヒラス、タイ、アジなど、鐘崎自慢の新鮮な魚を販売

日時 毎週火曜日の午後8時～同9時

*祝日、年末年始は休み

内容 未払賃金、解雇その他の労働トラブルなど

*秘密厳守

相談員 県内の司法書士

相談専用電話番号

☎092（724）9505

問い合わせ先 同協議会

☎092（984）3762



九州大道芸まつり in 宗像 写真コンテスト入賞者発表

九州大道芸まつり実行委員会が、9月23日に開催した第16回九州大道芸まつりで、写真コンテストを実施。審査の結果、入賞した受賞者を発表します（敬称略）。



【金賞】
▽近藤ゆかり（古賀市）

【銀賞】
▽阿尾啓子（赤間）
▽釜瀬勝之（南郷）

【銅賞】
▽井上國義（河東）
▽戸曾美成（筑紫野市）
▽廣畑 恵（赤間）
▽福田良治（岬）
▽森田利一（赤間）

【入賞】
▽岩淵憲昭（自由ヶ丘）
▽占部正毅（南郷）
▽近藤寛治（古賀市）
▽須藤精治（南郷）
▽塚本基樹（飯塚市）
▽花房和彦（佐賀市）
▽廣畑直樹（赤間）
▽松本 篤（日の里）
▽松本和子（日の里）
▽元村弘美（東郷）

近藤ゆかりさんの作品
▽タイトル「回れ、回れ」
▽コメント「観客を楽しませるのに一生懸命の芸人さんでした」

■問い合わせ先 同実行委員会事務局 ☎（36）4756

最近、海外から不審な封書が届いたという相談が多数寄せられています。

■相談事例

実家の母から「私宛てに、海外から不審な黄色い封書が届いた」という電話があった。何だろうと思い、実家に帰って確認したら、封筒の表に「最終通告、賞金支払通知」と書いてあり、消印は中国になっていた。開封すると「貴殿宛ての未処理



宗像市消費生活センター
転ばぬ先の杖
☎(33)5454

賞金が確認された。10日以内に返信しないと当選総額2億3200万円の賞金支払請求資格が消滅する」という内容が書かれていたが、言い回しが複雑で、よく理解できない。

添付されている賞金支払請求書に署名・押印し、請求手数料として2000円を郵便為替で同封するか、クレジット決済の場合はカード番号を記入して返送するように書いてある。

■アドバイス

これは、何かの名簿から不特定多数の人にエア

海外から届く 不審な封書に 注意！



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実施しています。利用してください。

時間 8:30～17:00 ☎(33)5454

授受を実施することは、刑法に反する可能性があります。

申し込んでもいないのに当選金がもらえるという「うまい話」には絶対に乗らないよう注意してください。

ハガキなどの回収で地雷撤去を支援

- 主催 財団法人カンボジア地雷撤去キャンペーン(CMC)
- 内容 地雷撤去支援のために支援品を集めて換金し、来年2月に予定している「スタディツアー」で現地地雷撤去団体や病院へ直接届けます

集めている支援品

▽書き損じた未使用のハガキ

▽未使用のテレホンカード

▽CD、DVD、ゲームソフト(中古でも可)

*ハガキ3枚を換金すると1平方メートルの地雷を撤去できる資金になります

*ハガキ300枚を換金すると女性デイメイナ(地雷撤去員)1カ月分の収入となります

●CMCの紹介 平成10年に国内で活動を開始。街頭募金や写真展、チャリティ事業などで集まった資金を、カンボジアで命懸けでの撤去作業に携わる団体や病院へ援助しています

●支援品の送り先

〒814・0002 福岡市早良区西新1・7・10・702

*詳しくは、CMC HP <http://cmc-net.jp/> で確認可

みんなで遊ぼう！ ガールスカウト 1日体験

問い合わせ先
CMC事務局(古川)
☎092(833)7575

主催 ガールスカウト福岡県第28団

日時 平成25年1月20日(日)午前9時45分受付、同10時正午実施

場所 市青少年センター

ター(メイトム宗像内)

- 内容 ゲーム、クラフト作り、活動紹介など
- 対象 5歳～高校生の女子
- 参加費 無料
- 申込方法 平成25年1月9日(水)までに、同団(後藤) ☎(33)8411へ電話で申し込む

ムナカタのミカタ

宗像のホントの気持ちが見えてくる。

宗像にもっとたくさんの人に訪れてほしい、と大多数の人が思っています。



いいえ 12.1%

無効 1.6%

はい 86.4%

宗像市にもっとたくさんの人が訪れてほしい

「はい」の回答の多さに、ちょっとびっくり！でもやっぱり、海や山の豊かな自然があり、おいしいものもあり、そして歴史もある、私たちの自慢の宗像市ですからね。本当にたくさんの人に訪れてもらいたいものです。いよいよ最後のアンケートです。ぜひ回答をお願いします。

その他の6回目のアンケート結果

宗像市には、3つの大学と2つの高校をあわせると5,000人以上の学生がいることを

無効 0.4%

知っている 29.7%

知らなかった 69.9%

鐘崎が「日本海沿岸の海女発祥の地」ということを

無効 0.4%

知っている 52.2%

知らなかった 47.3%

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

無効 0.7%

知っている 38.4%

知らなかった 60.9%

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

無効 0.7%

知っている 27.5%

知らなかった 71.9%

6回目の結果はコチラ >> <http://www.munakata-pj.com/>

10回目アンケート回答欄

締切12月31日(月) 必着
(郵送の場合は消印有効)

1 宗像って暮らしやすい(過ごしやすい)と思う
☐ そう思う ☐ そうは思わない

2 宗像が世界遺産登録を目指している「沖ノ島」をこの目で
☐ 見てみたい ☐ そうでもない

3 宗像市の合言葉「であい・ふれあい・結び合い」を聞いたことが
☐ ある ☐ ない

4 初詣はもちろん宗像大社だ
☐ はい ☐ いいえ

5 市がやっている事業や取り組みに興味がある
☐ ある ☐ ない

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

がんばろう 今をつなぐ 合いことば (久原志穂・河東中2年)

やめようね いじめや差別 見ぬふりを (牟田翔悟・玄海中2年)



遅出しジャンケンに挑戦する原さん（中央）

「今日は大きな声を出して脳の働きを良くするプログラムを実施しますよ」と酒井さんのあいさつで始まり、野口さんにバトンタッチ。最初は「遅出しジャンケン」

「今日」は大きな声を出して脳の働きを良くするプログラムを実施しますよ」と酒井さんのあいさつで始まり、野口さんにバトンタッチ。最初は「遅出しジャンケン」

楽しみながらの脳トレが続きます。原さんは「外に出るのが好きで、毎回楽しみにしています。みなさんの活力をもらって若返る気分です」と話してくれました。

2つ目は「福祉センタ―宗寿園」で開かれている認知症予防教室。1つ目と同じ、酒井さんが開催している教室です。

訪れた11月14日の参加者は26人。「もう、1年以上続いているので、みんな友達です」とみなさん口をそろえます。3人

の指導者とも、すっかり打ち解けた様子です。今日は「5プラスピンゴ」から始めます。サイコロの目に5を足して、台紙のマスの目の中に、おはじきなどを置きます。どこにおはじきを置けば有利かというゲームで、自分で判断しなければなりません。全員がサイコロを順番に振り、出た目を大声で読み上げます。

聞き漏らさないように神経をとがらせるので、集中力が高まります。「ピンゴ！」「早すぎる！」など、大声と笑い声が入り混じり、みなさんとても楽しそうです。遊びながら、無意識のうちに脳のト

レーニングを実施できます。ゲームや合唱、リズム体操などを楽しんでいるうちに、あつという間に2時間が過ぎました。

市では、認知症予防だけでなく、20種類以上の介護予防教室を開催しています。「元気なうちから、生活機能が低下しないように努めることが大切」と、取材を通じて何度も聞かれました。私自身、そろそろ真剣に考えなければと、意識を新たにしました。

（市民記者・真嶋賢一）

みんなで楽しくゲームや合唱 無意識のうちに脳トレ



指そろばんで楽しく脳トレ



みんなで楽しむ「5プラスピンゴ」

（市民記者・真嶋賢一）

市では、認知症予防だけでなく、20種類以上の介護予防教室を開催しています。「元気なうちから、生活機能が低下しないように努めることが大切」と、取材を通じて何度も聞かれました。私自身、そろそろ真剣に考えなければと、意識を新たにしました。

（市民記者・真嶋賢一）

1つ目の認知症予防教室は、田熊町公民館で開かれている「きらめき教室」です。市の委託を受けた民間事業所のチームリーダー・酒井久仁子さんが開催している教室です。

訪れた11月1日の参加者は、原タネ子さん（77歳・東郷）1人。対する指導担当者は3人です。

「今日」は大きな声を出して脳の働きを良くするプログラムを実施しますよ」と酒井さんのあいさつで始まり、野口さんにバトンタッチ。最初は「遅出しジャンケン」

楽しみながらの脳トレが続きます。原さんは「外に出るのが好きで、毎回楽しみにしています。みなさんの活力をもらって若返る気分です」と話してくれました。

2つ目は「福祉センタ―宗寿園」で開かれている認知症予防教室。1つ目と同じ、酒井さんが開催している教室です。

訪れた11月14日の参加者は26人。「もう、1年以上続いているので、みんな友達です」とみなさん口をそろえます。3人

の指導者とも、すっかり打ち解けた様子です。今日は「5プラスピンゴ」から始めます。サイコロの目に5を足して、台紙のマスの目の中に、おはじきなどを置きます。どこにおはじきを置けば有利かというゲームで、自分で判断しなければなりません。全員がサイコロを順番に振り、出た目を大声で読み上げます。

聞き漏らさないように神経をとがらせるので、集中力が高まります。「ピンゴ！」「早すぎる！」など、大声と笑い声が入り混じり、みなさんとても楽しそうです。遊びながら、無意識のうちに脳のト

レーニングを実施できます。ゲームや合唱、リズム体操などを楽しんでいるうちに、あつという間に2時間が過ぎました。

市では、認知症予防だけでなく、20種類以上の介護予防教室を開催しています。「元気なうちから、生活機能が低下しないように努めることが大切」と、取材を通じて何度も聞かれました。私自身、そろそろ真剣に考えなければと、意識を新たにしました。

（市民記者・真嶋賢一）



動いて、歌って、考えて
楽しく脳トレ

認知症予防教室

心身トレーニング

元気なうちに

健康
むなかた
21
第69回

第69回

今回は、市が開催している介護予防教室のうち、2つの「認知症予防教室」を市民記者が取材しました。

健康づくり課 ☎（36）1187

保健師
からの
一言

笑って、動いて、
認知症を予防しよう



豊福保健師

【元気なうちから取り組む介護予防】

市では、元気な心と体を維持することを目的に、介護予防教室を開催しています。教室の内容は、運動の実践、栄養の学習、口の健康、心や脳の健康を保つ活動などです。田熊町公民館での教室は、今年の6月に始まったばかりなので、これから多くの人に参加してもらえるといいなと思っています。

脳を健やかに保つポイントは「健康な体」と「脳を使う生活」です。教室の活動は、体と脳をしっかりと使っています。囲碁や将棋、トランプなども、相手の手の内を読むのと同時に、自分の攻め方を考えるので、脳の健康に役立ちます。

【正しく知ろう「認知症」】

認知症の多くは、加齢と同じように、誰もがかかる可能性のある脳の病気です。高齢者人口の15%は認知症、25%は軽度認知障がいがあるという最新の疫学研究もあります。病気なので、早期発見・早期治療が大切です。自分や家族、近所に次のようなことで困っている人がいないか確認してみてください。

▽新しいことが覚えられない

▽物事の段取りが立てられない

▽道具の使い方や着替えの仕方が分からなくなる

▽人や物の名前が思い出せない

▽人や物を見ても、誰なのか、何なのかが分からなくなる

このような症状がみられたら、専門機関に相談し、診断や治療を受けましょう。

市内には、県の指定を受けた「県認知症医療センター」があります。

福岡県認知症医療センター（地域拠点型）

医療法人光風会・宗像病院

〒811-3414 宗像市光岡130番地

☎（36）2775（直通）

受付時間：月～金曜日 9:00～12:30、13:30～17:00

土曜日 9:00～12:30

* 祝日・年末年始の受付はありません

* 受診は予約制です

舞台裏

■子育てを楽しむ大岡さんを取材。子どもの人数や年齢などの共通点も多く、ママたちの子育ての輪が広がっていく話にも共感しました。息子が通う保育園では、パパたちの輪も広がっています。いいえ、飲み会だけじゃありませんよ。子育てを熱く語り合っています。市全体で子育ての輪が広がれば、子どもたちの未来はピカピカです。（あ）

■数年前、知人から「感動するよ」と勧められてある本を読んだ。しかし、その時の感動はいまひとつ。今年、旅行時にその本を携行。飛行機の中で涙が止まりませんでした。同じ本でも、その時の環境や気持ちで受け取り方が変わると実感。最近、ドキドキを求めて再読しています。（の）

■毎年、市役所にもワークワークで市内の中学生が職場体験に来ていますが、私も中学生のころに保育園に職場体験に行きました。子どもと遊ぶのは楽しそうだと思いますが、元氣な子どもたちにパワーを吸収され、終わった後、とても疲れました（笑）。働くことの大変さを実感し、親への感謝を感じる体験になりました。（ま）