伝言板

日赤看護大の図書
館休館

特別整理期間のため、
3月7日(水)から同13
日(火)まで休館します。

問い合わせ先
日本赤十字九州国際看護
大学図書館
☎(35) 7002

宗像パソコン
同好会見学会

日時 3月22日(木)、
同24日(土)、同27日(火)
午後1時~同4時

会場 徳ビル2階・2
01号室(土穴1・
2・21)

内容 書類作成基礎
画像入りハガキなど

参加料 無料
*初心者歓迎。体験入会
もできます

問い合わせ先
同会
☎(35) 4923

*受付は、火、木、土曜
日の午後1時~同4時

宗像市を
歩こう会

各地区コミュニティが
主催する歩こう会。健康
づくりの第1歩は手軽な
ウォーキングから。さあ
一緒に歩きましょう。

【共通事項】

●持参品 歩きやすい服
装、靴、水筒、タオル、
帽子
*雨天中止。実施の有無
は、午前8時30分以降
に問い合わせを

【自由ヶ丘地区】

「釣川・桜公園散策」
(約5・3キロ)

●日程 3月24日(土)
●時間

集合 午前9時

(自由ヶ丘中央公園)

▽出発式 同9時30分

▽出発 同9時45分

▽終了 同正午

問い合わせ先

自由ヶ丘地区コミュニ
ティ運営協議会
☎(32) 5594

【東郷地区】

「桜めぐりコース」
(約3・5キロ)

●日程 4月3日(火)
●時間

▽集合 午前9時30分
(東郷コミセン)

▽出発 同9時45分
▽終了 同11時30分(宗
像ユリックス)

問い合わせ先

東郷地区コミュニ
ティ運営協議会
☎(36) 7711

【日の里地区】

「みずがめの郷」
(約8キロ)

●日程 4月7日(土)

時間

集合 午前9時(日の
里コミセン駐車場)

▽出発 同9時15分

▽終了 午後0時30分

*桜を觀賞しながら昼食
を楽しむ人は、弁
当の持参を(現地解散
可)

問い合わせ先

日の里地区コミュニ
ティ運営協議会
☎(37) 1587

【赤間西地区】

「ぶらり赤間西
さくら巡りコース」
(約6・3キロ)

●日程 4月8日(日)
●時間

▽集合 午前9時
(赤間西コミセン)

▽出発 同9時20分
▽終了 同正午

問い合わせ先

赤間西地区コミュニ
ティ運営協議会
☎(38) 9506

さくらん

俳句、川柳、短歌の各作品を随時募集中。①住所
②氏名③年齢④電話番号を明記して、ハガキか郵
送 同811・3492/住所不要/広報報道担
当各作品係へ応募してください。
*作品・氏名には、必ずふりがなを付けてください
*俳句(当季雑詠)はハガキに3句以内
*川柳は自由吟(雑詠)でハガキに5句以内

(ハガキは6月1日から料金が62円になりました)
*短歌の添削を希望する場合は、必ず返信用封筒と
82円切手2枚を添えて郵送(1人3首以内)
*今回の募集は、6月号に掲載する分です
問い合わせ先
秘書政策課広報報道担当 ☎(36) 1055

俳句

初詣婿殿に手を預けけり
日の里 真角多賀子
戌の字の一筆書の年賀状
赤間 杉村修
分身の杖みがきを去り去年今年
東郷 占部詩子
新走り二本供ふる地鎮祭
自由ヶ丘 上野清見
新聞をめくり寒夜の音となる
東郷 森山朗子

短歌

春風に緑の髪をなびかせてふらここを漕ぐ女子まぶし
岬 和田豊秋
山桜はだかになりて隣家の灯の近し子らの声する
池野 伊藤平七郎
長生きの曾祖母ちゃんにあやかると曾孫抱かせる娘もお祖母ちゃん
日の里 平山みさ子
鱈一尾さばき終えたる残骸の青き目われを射る如く見る
自由ヶ丘 金子勲子
住みつきし黒猫抱けばまじまじと金色の目でわが顔眺む
日の里 大和美由紀

4月15日号から
伝言板の紙面が変わります

掲載申込などの詳細は、問い合わせ先か、市HP
http://www.city.munakata.lg.jp/で確認してくだ
さい。

問い合わせ先
秘書政策課広報報道担当 ☎(36) 1055

今まで

伝言板
世界遺産講座
参加者募集
●対象 市民
●定員 抽選で30人
●参加料 100円
●お茶代
*詳細は問い合わせを
●申込締切日 3月20日
●申込先 世界遺産を守
る会
☎(00) 0000
●郵送 同811・000
00/東郷A・B・C
(同会あり)
☎(00) 0000
☎sekaيسان@
0000.0000.ne.jp

これから

まちの伝言板
詳細は各問い合わせ先へ
「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群を紹介
[世界遺産講座参加者募集]
4月1日(日)9:00~11:00 宗像
・101会議室 市民 抽選で30人 100円
3月20日(月) 世界遺産を守る会 ☎(00)
0000

3月の ほ・け・ん

【①妊娠の届出・母子健康手帳交付(すこやかマタニティクラス)】

母子健康手帳の説明、妊婦健康診査受診補助券の交付、妊娠中の健康管理
の話などを実施します。

- 日程(いずれも金曜日)/場所
▽3月2日/市役所北館・203会議室
▽3月9・16・23・30日、4月6日/市役所本館・201会議室
- 時間 ▽受付=10:15~10:30 ▽実施=10:30~11:30
- 持参品 妊娠届出書

【②栄養なんでも相談室】

栄養や離乳食に関する悩みに、管理栄養士が個別に応じます。離乳食教室
もあります。

- 日程 3月28日(水)、4月25日(水)
- 時間 ①相談=9:30~11:00(12:00終了) ②教室=10:00~11:00
- 場所 メイトム宗像・①202会議室 ②2階調理室
- *①は事前申込必要・定員あり、②は不要
- 対象 0~4歳児の保護者、妊婦(市民のみ)

【③たまご学級】

- 日程/コース
▽3月 2日(金)=3コース「妊娠中の栄養について考えてみよう」
▽3月16日(金)=4コース「おっぱいとミルクについて知ろう」
▽4月 6日(金)=1コース「どんなお産にしたい?」
- 時間 ▽1~4コース=受付(13:15~13:30)、実施(13:30~15:00)
- 場所 メイトム宗像
- 対象 ▽1、4コース=妊婦さんのみ ▽3コース=パパも可
- 持参品 母子健康手帳、母子健康手帳副読本、筆記用具
- 託児 無料(5カ月~未就学児) *託児は1週間前までに申し込みを

【①~③共通事項】

- 申込・問い合わせ先 子ども家庭課子ども保健係 ☎(36)1365
- *その他、「乳幼児健康診査」「10カ月すくすく相談会」など、詳細は市HP
http://www.city.munakata.lg.jp/→「むむハグ。」→「目的で探す」→「相
談・サポート」で確認か、「むなかた親と子の健康づくり情報誌すくすく!」
を見てください(子ども家庭課(西館1階)で配布)

【献血】

- 日時/場所
▽4月4日(水)=10:00~13:00、14:00~16:00/
日本赤十字九州国際看護大学
- 内容 400ml献血。無料の血管年齢測定も実施
- 対象 男性17~69歳、女性18~69歳。
ただし、65歳以上は60歳代での献血経験者のみ
- 問い合わせ先 健康課 ☎(36)1187

【おわびと訂正】市広報紙2月15日号11ページ「健康むなかた21」の中の表内で、産後うつの原因の漢字に誤りがありました。おわびして訂正します。