

海の道むなかた館・ミュージアムコンサート

歌で綴る姫神の宝物

毎回好評のミュージアムコンサート。今回は、過去に好評を博した市民参加型ミュージカル「姫神の宝物」から、珠玉の挿入歌をお届けします。宗像の歴史を語り継ぐすてきな歌声をお楽しみください。入場無料。事前申込不要。

*企画「NPO法人コラボむなかた」

- 日時 5月19日(金)
- ▽開場=18:10
- ▽実施=18:30~19:30
- 出演者
- ▽歌=重住千寿香、横山浩平、山内秀美
- ▽伴奏=花田隆子
- ▽歌唱協力=宗像少年少女劇団
- 場所 海の道むなかた館・常設展示室

■問い合わせ先 海の道むなかた館 ☎(62)2600

平成29年度生活習慣病予防教室
糖尿病予防コース
受講生募集

「自分の健康をつくる」ための生活習慣を、教室の仲間やスタッフと一緒に学びます。
健康課 ☎(36)1187

- 日程など下表参照
- 対象 次の①②のいずれかに該当する人
- ①Hb(ヘモグロビン) A1c5.6~6.4%の人
- ②空腹時血糖が100~125mg/dlの人
- *全日程出席できる人
- *該当しない場合も相談してください
- 定員 先着50人
- *初回受講者優先
- 申込締切日 5月22日(月)午後5時まで
- 申込方法
- ▽郵送①住所②氏名
- ▽電話③電話番号④生年月日⑤直近の検査結果⑥質問などを明記して(〒811-3492/住所不要/健康課あて)
- ▽FAX(37)3046

【糖尿病予防コースのスケジュール】

(場所/メイトム宗像)

回	日程	時間	内容
1	6月5日(月)	13:30~16:00	保健師・管理栄養士による講話と測定 ①高血糖と体の関係・血糖値の意味 ②血糖値を上げない食生活のポイント
2	▽同8日(木) ▽同15日(木) *いずれか1日を選択	14:00~	食後か随時血糖値・HbA1cの検査(採血) *宗像医師会病院健診センターで実施
3	同19日(月)	13:30~15:30	家庭でできる運動の実践
4	7月10日(月)	13:30~15:30	糖尿病と口腔ケア
5	同24日(月)	10:00~13:00	栄養講話と実践(調理実習)

伝言板

高齢者虐待防止と権利擁護のための講演会

- 日時 5月21日(日)
- ▽開場=午後1時30分
- ▽実施=同2時~同4時15分
- 会場 東郷コミセン・ホール
- 内容
- ▽第一部(演劇)「いつまでもここで暮らしたい」在宅生活の味方、成年後見制度」/東郷地区住民のみなさん
- ▽第二部(講演)「年をとったときの備えについて」/酒井久仁子さん(住宅型有料老人ホームラディアむなかた生活相談員)
- *入場無料
- *事前申込不要
- 問い合わせ先 コミュニティケア研究会「いわし雲」(西崎) ☎(35)1683

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。

【玄海地区】鎮国寺奥の院コースと沖ノ島3D鑑賞(約5キロ)

●日時 5月13日(土)
- 集合=午前9時30分
- 問い合わせ先 海の道むなかた館 ☎(62)2600



9割の人が知らない火災保険の使い方講座

- 日時 5月14日(日)
- 午前10時30分~正午
- 場所 メイトム宗像・203会議室
- 内容 火災保険で家の修繕ができるなど、賢い活用法を学ぶ
- 定員 先着15人
- 参加料 無料
- 申込締切日 5月13日(土)
- 申込・問い合わせ先 ボランティア団体「がんばれ宗像」 ☎(39)3004

インターネット消費トラブル110番

- 日時 5月14日(日)
- 午前10時~午後4時
- 内容 ワンクリック詐欺、ネットショッピングトラブルなど
- 相談料 無料
- 電話代は自己負担
- 相談電話番号 ☎092(724)9505
- *詳細は、県青年司法書士協議会(HP)http://www.fukukoka-seinenkai.org/を確認
- 問い合わせ先 県青年司法書士協議会(小坂) ☎(42)3955

バウンドテニス初心者教室 受講生募集

- 日時 6月8日(木)~7月20日(木)の毎週木曜日、午前10時~正午
- 場所 B&G海洋センター1(江口)
- 内容 基本からネットを越えて打てるようになるまでを指導
- 講師 一般財団法人日本バウンドテニス協会公認の指導員
- 対象 18歳以上の人
- 定員 先着20人
- 参加料 1000円(全7回分)
- *別途、スポーツ傷害保険代必要
- 申込締切日 5月22日(月)
- 申込・問い合わせ先 同協会(小西) ☎090(8353)4457

ウクレレ無料体験講座

- 日時 6月7日、同14日、同21日、同28日(いずれも水曜日)午後3時10分~同4時10分
- 場所 自由ヶ丘コミュニティ・カルチャールーム

家庭倫理講演会

- 日時 5月21日(日)
- ▽開場 午前9時50分
- ▽実施 同10時20分~正午
- 会場 リーパズプラザこが交流館・多目的ホール(古賀市中央2-13-1)
- テーマ「つながる」
- 講師 樋之口美恵子(一般社団法人倫理研究所 所長)
- 定員 先着250人
- 参加料 1000円
- 託児 無料
- *市教育委員会後援
- 申込・問い合わせ先 家庭倫理の会 筑前(石松) ☎090(3798)0605

歴史講演会

- 日時 5月28日(日)
- 午後1時30分~同3時30分

場所 山田増福院本堂
演題 「沖ノ島祭祀(さいし)」と沖ノ島の秘宝について
講師 福岡真貴子さん(宗像大社文化財管理局 学芸員主任)
受講料 200円(お茶代含む)
●申込不要



お魚さばき教室 参加者募集

- 日時 5月18日(木)
- 午前9時30分~正午、午後1時30分~同4時
- 場所 メイトム宗像・調理実習室
- 定員 各先着15人
- 参加料 1500円
- 持参品 包丁(出刃)、持ち帰り用バッグ、保冷バッグ、エプロン
- 申込開始日 5月1日(月)
- 申込・問い合わせ先 道の駅むなかた事務局 ☎(62)2715

