

報告

## 令和元年南郷地区 水害対応訓練が行われました

6月9日に行われたこの訓練には、地域住民や消防団員、合わせて165人が参加しました。平成30年7月豪雨では、西日本を中心に多くの被害が出ました。中でも避難が間に合わずに被災するケースがあったことから、本訓練では「避難判断訓練」「図上訓練」などの訓練を行いました。これらの訓練は、どのタイミングで避難判断を行うのかシミュレーションしながら確認すると



危険箇所を地図に書き込み、避難ルートについて話し合う図上訓練



消火器などの資機材取り扱い訓練を受ける様子

ともに、平時から災害リスクのある場所を把握し、災害時に適切なルートで迅速に避難することを目的に行われました。

参加者から「もっと早く避難した方が良かった」「気象情報や市からの防災情報が参考

になった」などたくさんの声が聞けました。南郷地区コミュニティの高宮和廣会長からは「避難のタイミングや地域内の危険箇所について情報共有を行うことで、防災意識の向上につなげることができた」との意見がありました。

水害対応では「災害に対する備え」と「発災前後の対応」が重要となります。今一度、避難所、避難経路の確認や発災前後の対応について考えましょう。 ☎地域安全課 (36)5050

## 「人づくりでまちづくり・元気な島づくり事業」 補助金交付式



元気なまちづくりに向けて熱意あふれる交付団体のみなさん

市では、宗像市元気なまちづくり基金を活用し、市民活動団体などが実施する公益的な事業を支援しています。今年度の採択を受けた17団体に6月11日、交付決定通知書を交付しました。「二丁目小学校」の代表片岡俊輔さんは「当補助金を活用して子どもを中心とした居場所づくりに努めていきたい」と、力強く決意表明しました。活動の詳細や補助金事業で行うイベントなどは、市広報紙やメイトム宗像HP(右記QRコード)で確認できます。

☎▶コミュニティ協働推進課 (36) 5394

▶元気な島づくり係 ☎(72)2211

メイトム宗像HP



## 夏から 気軽に運動を 始めてみましょう

### 8月から新しく「初心者向け運動教室」が始まります!

市スポーツサポートセンターと隣接する宗寿園で、初心者向けの運動教室が始まります。気軽に参加してください。

期 毎月第1火曜日 10:30～11:30

●内容/▶8月6日(火)=全身ストレッチ

▶9月3日(火)=自重筋力トレーニング

\*10月以降は随時案内します

所 福祉センター宗寿園 定 10人(市民優先)

料 300円/回(宗寿園への入館料が別途200円必要)

\*申込は、市スポーツサポートセンター☎(72)1112へ



### 9～11月 定例教室の案内

関心のある教室で運動を継続。教室は3カ月単位です。

【週1回の運動教室】\*教室の日程は変更の場合あり

教室名	日程(9～11月)	内容
美姿勢ヨガ教室	毎週火曜日 13:30～14:30	無理のないヨガで、体のゆがみを調整し美しい姿勢に
やさしいリズム体操教室	毎週火曜日 14:45～15:45	椅子に座ったまま、やさしいリズムに合わせて運動する
はじめてみよう 簡単ヨガ教室	毎週木曜日 10:00～11:00	呼吸とともに心と体を調和 柔軟性と力強さを バランスよく養う
体幹ヨガ教室	毎週木曜日 18:45～19:45	呼吸とともに 体幹を意識する
足腰シャキーン 教室	毎週金曜日 13:30～14:30	主に座位で行うため 運動未経験者や 高齢者にも安心
姿勢改善ひめトレ エクササイズ教室	毎週金曜日 14:45～15:45	骨盤底筋群を活性化 尿漏れや 姿勢改善に効果的

所 市スポーツサポートセンター(市民体育館内)

●開館時間=9:00～17:00 \*休館日は、日・月曜日、祝日

料 500円/回

\*火曜日は4,000円(全8回分)、木・金曜日は6,000円(全12回分)を、申込時に一括支払いとなります(保険料含む)

定 20人(市民優先)

\*体験あり(1回500円)

同センターHP



詳細は、同センターHP(右記QRコード)で確認可

☎同センター☎(72)1112 \*8月1日(木)から申込受付開始

(広告)

# 医王院 宗像聖地霊園

宗像市認可霊園  
宗像大社高宮祭場横

当霊園は宗旨、宗派を一切問いません。  
承継者がいない方でも安心して申し込めます。

●所在地:福岡県宗像市田島2211番地 ●交通:西鉄・宗像大社前バス停徒歩10分 ●経営許可番号:18宗環第86号

お申し込みお問い合わせは

☎0940-62-1566



墓地+墓石+施工一式

\*管理費・消費税も全て込み価格

1.8㎡

1,191,000円～

2.35㎡

1,875,000円～

3.3㎡

2,256,000円～

