



世界遺産CITY
宗像
Sacred Island of Okinoshima and
Associated Sites in the Munakata Region

むなかた タウンプレス

2021
令和3年

12/1

No.449

宗像市スポーツサポートセンター
宗像市スポーツ推進委員は

みんなの

スポーツ
運動の

「やる気」を応援します。



～幻の東京オリンピック聖火リレーコースを歩く～ 新春健康ウォーキング宗像大会

令和4年1月8日（土）「新春健康ウォーキング宗像大会～幻の東京オリンピック聖火リレーコースを歩く～」を宗像市スポーツ推進委員会、宗像市ノルディック・ウォーク協会、市などが連携し催します。新春の清々しい空気の中を一緒に歩きませんか（詳細は2ページ）。

新型コロナ関連情報

■免疫力を高める健康習慣 ～食事編～ …… 4ページ

- ▶免疫力を高める食習慣
- ▶免疫力アップにつながる食材
- ▶簡単電子レンジ料理レシピ集

■新型コロナウイルスワクチン 追加（3回目）接種のお知らせ …… 5ページ

- ▶現在の対応方針
- ▶1・2回目接種が済んでいない人

■ワクチン接種で困ったときは
宗像市新型コロナワクチン接種
コールセンター ☎(36)9827
* 8:30～17:00(土・日曜日、祝日を含む)

新型コロナウイルス
ワクチン接種特設ページ



市では、市内のスポーツ資産（人材・施設・設備・知識・情報）を有効に活用し、幅広い世代に健康づくりにつながる運動を働きかけていこうと、平成30年（2018）市民体育館内に「宗像市スポーツサポートセンター」を開設しました。同センターは、スポーツ（身体運動）を通して「市民健康活動の推進」「コミュニティ活動の活発化」「幅広い年齢層のスポーツ参加機会の拡充」「地域スポーツ環境の整備」に取り組んでいます。

このような支援や取り組みは、市内2つの大学、市スポーツ協会、市スポーツ推進委員会、民間スポーツ施設、市内に本拠地を置く宗像サニックスブルースなどと連携し実施。それぞれの団体が持つスポーツ資産を効果的に活用しています。

これらの事業を地域の核となり進めているのが「宗像市スポーツ推進委員会」です。委員

は各地区コミュニティ運営協議から推薦された24人（男性15人・女性9人）。活動の一つに小学校の体力テスト指導があります。小学校の要望に応え、会員が得られるよう測定方法の指導や補助を行っています。測定業務に不慣れな学校を支援することで、体力測定の精度を高めるだけでなく「地域と学校」「地域と子どもたち」との関わりを深めています。この事業は、子どもたちの体力測定や運動に対する「やる気」にもつながっている

と評価されています。また、子どものころの運動習慣が生涯スポーツの基盤となることから、同会の活動に大きな期待がかかっています。

2・3ページでは、同センターが開催している健康教室や健康測定について紹介します。

宗像市スポーツサポートセンター
☎(72)11112

●宗像市スポーツサポートセンター（市民体育館内） 市民のスポーツ・運動活動を支援。

今号の主な内容

- オンデマンドバス「のるーと」からのお知らせ… 3
- 2021 愛広がる人権のまにに「人権問題啓発強調期間」… 5
- 情報ステーション、まちの伝言板 …… 10
- ◆他団体情報紙◆
エコパーク宗像… 6 市民学習ネットワーク… 7
ユリックスサラダ（8ページ）… 中心 社協だより… 8・9

ごみの収集関連記事 12

宗像市
公式ホームページ



むなかたタウンプレスは、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。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。

宗像市
公式フェイスブック



市の魚「マアジ」

発行：宗像市〒811-3492 福岡県宗像市東郷1-1-1
代表：☎0940(36)1121 FAX0940(37)1242

●測定会・教室

月例開催

初めての人も大歓迎！

定期的に運動機能や体内成分の割合を測る測定会や初めての人も気軽に参加できるスポーツ教室を開いています。活用してください。



■定期測定会

体成分、柔軟性、バランス、敏しょう性、握力の5項目を測定し、測定結果を分かりやすくグラフ化。運動効果の確認や体内成分の過不足を評価し、説明します。測定結果を登録すると、経過を知ることができます。年間に12日(24回)程度実施しています。

■開催日：12月15日(水)

午前の部 11:00～、午後の部 14:00～

■会場：市民体育館多目的室A・B

■定員：午前・午後各先着10人

■参加料：無料

■楽しく足踏み教室

腰周りを動かし、体重移動の動作をしたり、下半身や体幹を強くします。初めての人も大丈夫。自宅でも継続できる運動です。

■開催日：12月22日(水)

14:00～15:00

■会場：市民体育館多目的室A・B

■定員：先着20人

■参加料：500円

■もっと元気になるバイ！

福祉センター宗寿園と連携し、毎月開催している教室です。全身ストレッチや足腰の筋力を強化するトレーニング、音楽に合わせて体を動かす有酸素運動など毎月異なるメニューで行っています。1月18日(火)は器具を使わず自重を利用した足腰強化のトレーニングです。

■開催日：令和4年1月18日(火) 10:30～11:30

■会場：福祉センター宗寿園(市民体育館横)

■定員：先着10人

■参加料：300円(別途同センター入館料200円が必要)

■申込・問合：いずれも電話で同センターへ。FAXでの申し込みは①教室名等(午前・午後)②住所③氏名④電話番号を明記。

☎(72)1112 F(32)3772

宗像市スポーツサポートセンター☎(72)1112

宗像市スポーツサポートセンター

スポーツであなたと健康を結ぶ。

コロナ禍で家にこもりがちになる期間が続きました。そして、これから寒くなり運動不足になりがちです。宗像市スポーツサポートセンターでは、定期測定会や運動教室を開いています。自分の体の状態を知り、運動で体のバランスを整えてみませんか。

～幻の東京オリンピック聖火リレーコースを歩く～

新春健康ウォーキング宗像大会

ユリックス発、ユリックス着の5kmコースを歩く

聖火リレーで使用されたトーチなどの巡回展示を市立学校で行っています。写真は中央中学校。日名子春空(ひなごはるく)生徒会長【中央】、保体委員長の小林寛広(こばやしともひろ)さん【左】と野見山一花(のみやまいちか)さん【右】。



新

春健康ウォーキング宗像大会～幻の東京オリンピック聖火リレーコースを歩く～を宗像市スポーツ推進委員会【吉田益美(よしだますみ)委員長】、宗像市ノルディック・ウォーク協会【坂元博(さかもとひろし)会長】、市などが連携し催します。コースは、コロナ禍で中止となり、幻と

なった聖火リレーのコースと日の里を周回するコース(合計5km)。新春の清々しい空気の中を歩きませんか。(参加料：無料)

■開催日：令和4年1月8日(土)

■集合場所：宗像ユリックス本館玄関前広場

■受付・スタート時刻など

9:30(受付)、10:00(スタート)、11:30(ゴール)

■コース：宗像ユリックス→日の里4丁目→日の里周回ウォーキングコース→日の里4丁目→宗像ユリックス

■定員・参加資格：定員200人。当日、健康な状態で参加できる人(小学生以下は保護者など責任者同伴)、大会のきまり(当日説明)、交通ルール、ウォーキングマナーを守る人、マスク着用。小雨決行。参加者は防寒対策を行い飲み物などを持参してください。

詳しくは、宗像市スポーツサポートセンターHP

(右記コードから)



●機器紹介 InBody®(インボディ)

体成分分析機って何？

初めての人も大歓迎！



市民体育館交流ホールに体成分分析機(InBody®)を設置しています。問合・詳細は同センターへ。



体成分分析機とは人の体の中の体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪の割合を測り、そのバランスの状態を分析し、成分の過不足を評価する機器です。計測は体重計のような台に乗り1分ほどで終了。計測が終わると分析表が出力されます。分析表には、筋肉量と脂肪量などを基に算定された総合評価点数や強靱型、肥満型など体のタイプが判定できる体型評価グラフ、腕や脚、体幹など部位別にどこに筋肉や脂肪がついているかを示す筋肉量・脂肪量結果値、内臓脂肪レベル値などが表示されます。定期測定会では、この機器を使い体成分の分析を行い、測定結果について説明します。

無料相談会(遺言・相続を中心に)

12/3(金)・12/17(金)・2022/1/14(金)・1/26(水)

宗像ユリックス 受付13時～16時

相談は17時まで

会議室5にて無料相談を実施

福岡県行政書士会所属 行政書士 伊藤弘幸

困ったことは何でもご相談下さい。

直通電話 090-7980-1240

☎ 0120-72-4753

居住 宗像市

出張相談も受け付けております。お電話お待ちしております。

design

http://edesign-inc.jp

eデザイン株式会社 宗像市東郷3-6-2 ☎0940-36-5187

解体工事！

産廃リサイクル！

不動産 仲介・売買！

建物

解体

利用者のみなさんへ

オンデマンドバス

岡都市再生課 ☎(36)9777

のーとからのお知らせ

年末年始の予約に注意してください

運休日

令和3年12月31日(金)～令和4年1月3日(月)
＊その他の日は通常の平日ダイヤで運行

電話予約窓口
休業日

令和3年12月29日(水)～令和4年1月3日(月)
＊令和4年1月4日(火)に利用予定で、電話で予約する場合は令和3年12月28日(火)か利用する日(1月4日)の9:30以降にしてください

【年末年始の運行と予約受付】

日付(利用日)	運行時間	電話予約	アプリ予約
令和3年12月28日(火)	6:00～21:00	○	24時間 アプリでの 予約は 受付
12月29日(水)		× (臨時休業)	
12月30日(木)		× (臨時休業)	
12月31日(金)	運休	×	
令和4年1月1日(土・祝)	運休	×	
1月2日(日)	運休	×	
1月3日(月)	運休	×	
1月4日(火)	6:00～21:00	○	

＊電話予約時間は平日9:30～18:30(土・日曜日、祝日は休み)。予約専用☎092(402)0268へ。詳細は、市HP「日の里地区オンデマンドバス『のーと』実証運行内容・乗車方法」(右記コード)で確認可



予約の開始日を
「3日前」から「7日前」に変更します

利用者のみなさんの声を受けて、令和3年12月1日(水)から、電話・アプリのいずれも7日前からの予約が可能になります。さらに便利になったオンデマンドバス「のーと」をぜひ利用してください。

のーと専用アプリ相談会

登録方法や予約方法など、のーと専用アプリに関する悩みを解決します。

期 12月16日(木)

▶第1部＝10:00～11:00

▶第2部＝11:00～12:00

所 CoCokara ひのさと・多目的スペース

定 先着各10人 料 無料

用 CoCokara ひのさと

▶☎(26)1587 ▶窓口

(広告)

東郷駅を利用する
みなさんへ

大切なお願い

一般車両は、バス停車位置での駐停車はできません。バスの運行や利用者の乗降の妨げとなります。みなさんの理解と協力をお願いします。

●3カ月シリーズ(令和4年1月～3月)

冬の定例教室

無理なく、楽しく、暮らしの中に運動を。



新規スタート教室
ストレッチポール



「冬の定期教室(令和4年1月～3月)」の参加者を募集します。今回の定例教室は6クラス。いずれのクラスも週1回、1時間。ストレッチやヨガポーズ、体のゆがみを整え姿勢を改善する運動などが主体。運動が苦手な人や体力に自信のない人でも安心です。

■会場：市スポーツサポートセンター(市民体育館内)

■申込・問合せ：12月1日(水)から電話で受付開始。同センター☎(72)1112。火～土曜日の9:00～17:00(祝日を除く)

■参加料：火曜日＝5,000円、金曜日は5,500円(11回分)、木・土曜日は6,000円(12回分)を申込時に一括支払い

■定員：火・木・金曜日は20人。土曜日は15人(市民優先)。体験参加可(1回500円)

＊欠席した分の補講はなし。欠席回数分、他施設を使用することができると提供。詳細は同センターHP(上記コード)で確認可

体すっきりヨガ クラス

毎週火曜日 13:30～14:30

ゆったりと無理なくヨガポーズに挑戦。体の痛み、コリ、ひずみが軽減できます。1月18日(火)～3月29日(火)の10回【3/22休】

足腰シャキーン クラス

毎週金曜日 13:30～14:30

イスに座って行うストレッチや体操、筋トレなどが主体。体力に自信がない人も安心。1月7日(金)～3月25日(金)の11回

チャレンジらくらく エアロビクス クラス

毎週火曜日 14:45～15:45

歩く動作で体を楽しく動かし、マイペースで有酸素運動。リフレッシュに最適。1月18日(火)～3月29日(火)の10回【3/22休】

姿勢改善ひめトレ × YOGA クラス

毎週金曜日 14:45～15:45

骨盤低筋群を活性化する教室です。姿勢改善、肩こり、腰痛にも効果的です。1月7日(金)～3月25日(金)の11回

背骨コンディショニング クラス

毎週木曜日 10:00～11:00

脊柱や骨盤のゆがみからくる肩こりや腰痛を簡単な体操とトレーニングで改善します。1月6日(木)～3月24日(木)の12回

ストレッチポール®で リラクゼーション クラス

毎週土曜日 14:00～15:00

ストレッチポールを使用して体のゆがみや姿勢を改善。腰痛や肩こりが軽減できます。1月8日(土)～3月26日(土)の12回

入居者募集(単身部屋・夫婦部屋空室あり)

ケアハウス宗像は、60歳以上のある程度自立した日常生活が可能な方を対象にした施設です。費用は、所得に応じて変わります。施設内見学も随時行っております。お気軽にお問い合わせください。

『ケアハウス宗像』で検索

ケアハウス宗像

検索

社会福祉法人 福陽会 ケアハウス宗像
〒811-3437 福岡県宗像市久原75番地8
電話番号 0940-36-8200



住宅新築・リフォーム設計施工

奥井建設

有限会社奥井建設一級建築士事務所

安らぎと癒しの
空間を大切に...

住宅のリフォームは...

★断熱・防音に優れた省エネ ECO 住宅
「REPOSER(ルポゼ)」

★増改築・水廻りなど大きなリフォームから小さな修繕まで
★外構・エクステリア
★耐震診断・耐震改修工事

詳しくは
こちらへ!!

奥井建設 宗像市

検索

【本社】〒811-4163 宗像市自由ヶ丘9丁目13-3

【URL】http://okui-ken.net 【E-mail】info@okui-ken.net



宗像市
公式LINE

宗像市公式 LINE では、希望する市からののお知らせが届いたり、ごみの出し方、子育て・教育などの情報を調べたりすることができます。ぜひ「友だち」追加してください。

岡秘書政策課広報報道担当 ☎(36)1055

新 型
コロナウイルス
感染症
対策中!

免疫力を高める健康習慣～食事編～

新型コロナ
ウイルス感染症
特設ページ



「免疫」とは、ウイルスや細菌などの病原体から身体を守る仕組みのことです。その主力となるのが免疫細胞で、約70%は腸内にあります。免疫細胞は、腸内から、血流にのって全身に移動し、体内のいたるところで病原体と戦います。そのため、腸内の環境を整えることで、免疫力を高めることができます。免疫力が高ければ、病気の発症を抑えたり、重症化を防いだりしてくれます。しかし、偏った食事、運動不足、ストレスなどで免疫は低下してしまいます。そこで、12月1日号と15日号、1月1日号では、免疫力を高めるために日常生活で取り組めることを紹介します。今回は「食事」から免疫力を高めましょう。

健康課 ☎(36)1187

免疫力を高める食習慣

- 1日3食バランスの良い食事
- 朝食を食べて免疫のスイッチを入れる
- 腸内の環境を整える

免疫力アップにつながる食材

- 体を温めて血行促進するもの
(生姜、ねぎ、にんにくなど)
- 免疫細胞を作る食材
(たんぱく質。肉、魚、卵、豆腐など)
- 整腸作用のあるもの
▶ 発酵食品＝納豆、ヨーグルト、
キムチ、味噌、酢など
- ▶ 食物繊維＝穀類、きのこ、海藻など



「簡単電子レンジ料理レシピ集」公開中

市の管理栄養士が作成した『簡単電子レンジ料理レシピ集』を、市ホームページで公開しています。年末年始の忙しい時に、ぜひ活用してください。今回はその中から発酵食品を使った「豚キムチ肉じゃが」を紹介します。

豚キムチ肉じゃが(2人分)

★材料★ ジャガイモ 200g、玉ねぎ 50g、
豚バラスライス 100g、
白菜キムチ 80g

★調味料★ 砂糖、しょうゆ、水(各小さじ2)

★作り方★

- ① …ジャガイモは小さめの一口大に切って水にさらす。玉ねぎは薄切りにする。豚肉は3cm長さに切る
- ② …耐熱皿に水気を切ったジャガイモ、玉ねぎ、豚肉、キムチの順に広げてのせる(※1)
- ③ …調味料を合わせる。(キムチの汁が多ければ水を入れないでOK)
- ④ …②に③をかける
- ⑤ …ふんわりラップをして電子レンジへ。600Wで10分加熱後、よく混ぜ合わせる

こうやねぎを
のせて加熱しても
おいしい!



ワンポイント!

(※1) ターンテーブル式の電子レンジを使用する場合は、肉の縮みを防ぐため、豚肉は底に入れる。豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、キムチの順にのせる

市HP「簡単電子レンジ料理レシピ集」は
こちら!



12月1日は「世界エイズデー」

知っていますか? エイズのこと



レッドリボンとは、エイズに関して偏見をもっていない、エイズと共に生きる人々を差別しないというメッセージが込められています

■ HIV とエイズってなに?

エイズとはHIVというウイルスに感染して起きる病気です。HIV感染後すぐに発症するわけではなく、症状が出ない期間を経て発症します。発症していなくてもHIVは体の中で増殖し免疫力を徐々に弱めていき、健康な人なら防げる感染症などにかかりやす

くなってしまいます。

日本では、毎年1,500人前後が新たに感染・発症していると報告されています。また、HIVに感染していたことを知らずに、エイズを発症して初めて気付いたというケースが、感染者の約3割を占めています。

■ 感染を防ぐには

- 主な感染ルートは次の3つです。
- ① 性行為感染＝コンドームの正しい使用や安全な性行為の理解
 - ② 血液感染＝血液が付着した器具を共用しない。血液に直接触れない
 - ③ 母子感染＝母親が投薬治療を受

ける。母乳を避け、粉ミルクで育てる

この中では、①性行為感染が感染者全体の8割以上を占めています。安全な性行為を実践することなど、感染予防のために正しい知識を理解することが大切です。

■ ストップエイズ! まずは早めに「HIV 検査」を

昔は不治の病というイメージがあったエイズ。現在ではさまざまな治療薬が開発され、適切な治療で症状をコントロールし、普段通りの生活を送ることができるようになっていきます。

また、早期治療で発症を抑えら

れ、より高い治療効果を得ることができます。早期発見と治療のためにもHIV検査が大切です。

＊検査などの情報は

右記コードで確認を

健康課

☎(36)1363



エイズ予防
情報ネット

休日開庁 12月12日(日)、令和4年1月8日(土)は

マイナンバーカードの 申請・交付・更新の手続きができます

市民課 ☎(36)1126

市では、マイナンバーカードの申請・交付・更新のため、市民課窓口を休日開庁します。平日に手続きに来られない人は、この機会を利用してください。

期 12月12日(日)、令和4年1月8日(土)9:00～15:00

所 市民課(本館1階)

＊市民課 ☎(36)1126 で事前予約必要

持参品

●受け取りの人＝通知カード、本人確認書類(運転免許証、パスポートなど、行政機関が発行した顔写真付きのものは1点、健康保険証、介護保険証、年金手帳、学生証などは2点)

●更新の人＝マイナンバーカード(4桁の暗証番号が必要)

＊マイナンバーカードの受け取り・更新は予約者優先です

＊当日、マイナンバーカード以外の手続きは受け付けていません

＊詳細は市HP(右記コード)で確認を



もっと知りたい! マイナンバーカード

マイナンバーカードの 健康保険証利用申し込みは済みましたか?

令和3年10月から始まっているマイナンバーカードの健康保険証利用には、申し込みが必要です。申し込みは、スマートフォンや市役所に設置している端末などから手続きすることができます。

●必要なもの＝マイナンバーカード(4桁の暗証番号が必要)

＊利用開始時期は各医療機関や薬局で異なります

＊現在使用中の保険証は、今まで通り使用可能です

詳細は
こちら



厚労省HP

【テレビのデータ放送で見る広報「dボタン広報誌」】ワクチンに関する情報や災害発生時の避難情報など、大切な情報がリアルタイムで更新されます。その他、暮らしに役立つ情報も随時発信しています。最新情報はテレビでチェック! 秘書政策課 ☎(36)1055



報告

みなさんのおかげできれいになりました 第30回 釣川クリーン作戦

むなかた「水と緑の会」と各地区コミュニティ運営協議会、市が実施する釣川クリーン作戦。30回目を迎えた本年度は、10月17日に釣川の本流2会場で実施しました。今回も多くの参加者の協力



多くの参加ありがとうございました

でたくさんのごみが集められ、よりきれいな釣川になりました。ありがとうございました。

釣川の水は市民の飲み水です。この命の水をいつまでもきれいに保つためには、みなさんの協力が必要です。これからもごみのない環境づくりに取り組んでいきましょう。

- 参加人数 約1,800人
- 回収したごみ
可燃物1,090kg、不燃物390kg
(タイヤ、テレビなどあり)

☎環境課 ☎(36)1421

報告

日の里学園中学生のアイデアと 地域の大人の本気で実現 「ひのさと48」にクライミングウォール誕生！

「日の里団地の壁をクライミングウォールにして地域を盛り上げたい！」日の里学園の総合学習の授業で、生徒から出た思いを実現するため、「ひのさと48」を運営するさとづくり48プロジェクトでは、5月中旬からクラウドファンディングを実施しました。その結果、約1カ月半で311組、総額275万2,000円の応援が集まり、「団地クライミング」が実現しました。11月3日のオープニングイベントでは、発案者の日の里中3年・北原拓朗さんと榎原直人さんがクライミングを行い、「たくさんの世代の人が集まって交流で



本気で取り組んだ日の里学園の子どもや地域の大人が集まった、団地クライミングオープニングイベント

きるような場になってほしい」と語ってくれました。

団地クライミングにぜひ遊びに来てください。

☎都市再生課 ☎(36)9777

「団地クライミング」営業情報



最新の営業情報や安全対策についてはこちら▶

- 営業日＝土曜日、日曜日
- 営業時間＝10:00～17:00
- 使用時間／料金
15分間／▶大人1,000円
▶高校生600円▶小中学生300円
- ＊未就学児は利用できません
- ＊12歳以下は、保護者の同意が必要



新型コロナウイルスワクチン 追加（3回目）接種のお知らせ



新型コロナウイルスワクチンは、接種後の時間の経過とともにワクチンの有効性が低下することが報告されていることから、2回の接種を完了した人全員を対象に、3回目の追加接種を実施する予定です。

◆現在の対応方針（11月15日時点）

☑ 2回目のワクチン接種が完了し、8カ月以上経過した人

●接種体制＝宗像ユリックスなどで実施する「集団接種」、個別医療機関で実施する「個別接種」など

●接種券の発送＝☑へ順次発送

＊予約方法などの詳細は確定次第、市広報紙や市HP（右記コード）などでお知らせします



◆1・2回目接種が済んでいない人

11月で市の集団接種は一旦終了しましたが、一部の医療機関では接種を継続しています。希望する人は市HPかコールセンターで実施医療機関を確認し、それぞれ接種予約をしてください。

☎宗像市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎(36)9827

●受付時間＝8:30～17:00

＊土・日曜日、祝日を含む

12月1日～20日は「宗像市人権問題啓発強調期間」

～2021 愛 広がる 人権のまちに～

人権問題についての正しい理解と認識を深め、市民一人一人の人権意識の高揚が図れるよう、街頭啓発や人権啓発作品展などの活動を実施します。市は市民が自他の人権を尊重し、差別のないみんなが安心して生活できる社会を目指しています。



入場無料 人権啓発作品展・障がい者美術作品展

期 12月10日(金)～21日(火)9:00～21:30

所 宗像ユリックス・イベントホール前ロビー

●展示内容

▶市立学校の児童生徒による標語・ポスター

▶人権の花「ひまわり」運動パネル(南郷小学校)

▶障がい者が制作した美術作品

■人権問題解決のための関連行事

12月3日～9日＝障害者週間

12月4日～10日＝人権週間

12月10日＝世界人権デー

12月10日～16日＝北朝鮮人権侵害問題啓発週間

☎▶人権対策課 ☎(36)1270 ☎(36)0320

▶福祉課 ☎(36)3135 ☎(36)5856

◆昨年の作品展◆



ポスター・標語展示



人権の花「ひまわり」運動パネル

12月3日～9日は 障害者週間

「障害者週間」は、国民が障がい者福祉に関心と理解を深め、障がいのある人が社会、経済、文化などの活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的として定められています。障がいの有無に関わらず、障がいのある人について知り、身近なことから考えてみましょう。

☎福祉課障害者福祉係▶☎(36)3135 ▶☎(36)5856

◆障害者差別解消法

障がいのある人もない人も、互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会をつくることを目指し、施行されました。法律には、『不当な差別的取扱いの禁止』『合理的配慮の提供』が規定されています。

(広告)

九電グループ 介護付有料老人ホーム 九電ケアタウン

ご入居者様とご家族様が安心して健やかに暮らせる空間と充実したケアサービスでシニアライフを支えます

完全予約制の見学・相談会
事前に電話にてお申込み下さい

☎0120-290-873

九電ケアタウン

検索

入居受付中

福岡県福津市
花見が丘3丁目28-2



ワンルーム 居室例

＊居室内(写真)の照明(シーリングライト)・エアコン以外の家具・備品などは標準装備ではありません。

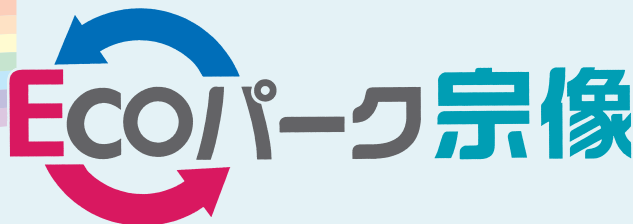
市では、市広報紙、公式ホームページに掲載する有料広告を募集しています。詳細は、市HPで確認できます。

☎秘書政策課広報報道担当 ☎0940(36)1055



広告申し込みは
←こちらから

No.36
12/1号



発行：玄界環境組合 宗像清掃工場 〒811-3401 宗像市池浦600-1

宗像清掃工場の休み
■ごみの自己搬入
■工場施設見学

日曜日、12月29日から1月3日
13時～16時30分 月曜～土曜日(祝日も可)
月曜～金曜日(祝日を除く)
9時～16時までの間受付
(詳しくは電話でお問い合わせください)

☎ (62)0505 ファックス (62)0594
URL: <http://www.genkai-kankyo.jp/>
eメール ecopark@genkai-kankyo.jp

令和3年度の 年末年始の休みは

12/29(水)～
1/3(月)です。



宗像清掃工場では毎年、年末年始に自己搬入の車両が急増するため、施設内や周辺道路が非常に混雑します。
このため、通常時より多くの係員を確保し混雑の解消に努めていますが、自己搬入の手続や施設の機能上、どうしても皆さんを長時間お待ちせし、ご不便をおかけすることとなります。
自己搬入する方は、早めにご時間の余裕をもってお越しください。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

年末・年始の自己搬入はお早目に
施設内や周辺道路が非常に混雑します



- ごみを自己搬入する際のお願い**
- ごみを降ろす場所は3か所あります。
自己搬入する前に、ごみを3種類に分けて車に積み、降ろす際も、手際よくできるため、時間短縮になります。
皆さんのご協力を、お願いします。
- ①可燃ごみ(燃やすごみ)**
品目Ⅱ紙類、布類、革製品、草木類、ふとん、じゅうたん、たたみ、汚れがとれない可燃性資源物など
※木材等(長さ1メートル以内で直径20センチメートル以内)
- ②不燃・資源ごみ(燃やさないごみ)**
品目Ⅱ缶類、金物類、びん類、ガラス類、カセットボンベ・スプレー缶、金属製機、金属製いす、自転車、金属製ベッドなど
- ③粗大ごみ(最も長い部分の長さが1メートルを超えるもの)**
品目Ⅱタンス、木製机、木製いす、本棚、食器棚、こたつ、木製ベッド、ソファ、スプリングマットなど

自己搬入のルールを 守りましょう

ルールを守らないと
お断りすることがあります



- 自己搬入にはルールがあります。多くの皆さんにはルールを守っていただいておりますが、ルールが守られない場合は、やむを得ずお断りすることとなります。
- 自己搬入は申請手続と使用料(10kgごとに170円)の支払が必要です。申請書は正確に記載し、帰りの際には必ず使用料を支払ってください。
- 搬入できるのは、宗像市内から出たごみで、自分で出したごみだけです。ただし、搬入できないごみもあります。また、他人に代わって搬入することはできません。
- 自己搬入のごみは自分で降ろしてください。
- 係員の指示に従ってください。係員の指示により、ごみを持ち帰っていただくこともあります。

搬入できないごみ



- 宗像市外から出たごみ
- 家電リサイクル法対象の家電製品(エアコン、テレビ(ブラウン管・液晶式・プラズマ式)、冷蔵庫、冷凍庫、ワインクーラー、洗濯機、衣類乾燥機)
- 資源有効利用促進法対象品目 パソコン(デスクトップ・パソコン本体)、ノートパソコン、ブラウン管ディスプレイ、液晶ディスプレイ
- 車(自動車部品も含む)、バイク(バイク部品も含む)、タイヤ
- その他LPガスボンベ、ピアノ、バッテリー、消火器、中身が入った灯油缶や塗料、廃油、農業用機械・部品、農薬(空きびんも含む)、漁具、特殊な機械、ボールのボール、発電太陽光パネル、陶磁器、コンクリート、土砂、レンガ、スレート、瓦
- 産業廃棄物(事業活動に伴って生じた廃棄物) 廃アルカリ、廃プラスチック類、紙くず、木くず、繊維くず、動物性残さ、ゴムくず、金属くず、ガラス及び陶磁器くず、鉋さい、がれき類、動物のふん尿、動物の死体、ばいじん類、産業廃棄物を処分するために処理したもの。

自己搬入はご自身で工場に搬入する必要があります
～ご自身で自己搬入できない方は～

自己搬入以外の方法でもごみを処分することができます。(有料)

※詳細は、宗像市発行のパンフレット「家庭ごみの出し方」を参照ください。

【問い合わせ先】

宗像市環境課

Tel 0940-36-1421

【粗大ごみ】

粗大ごみシールを購入後、環境課へ連絡

※(持ち出しサービス) 65歳以上の方、障がいのある方で構成される世帯の方、その他市が特に必要があると認める方

【多量ごみの処分(片付けや引っ越しなどで多量にごみが出た場合)】

自分で直接、収集運搬許可業者に依頼してください。

玄海クリーン(有)

Tel 0940-62-2944

三孝産業(有)

Tel 0940-33-3847

(有)神郡清掃サービス

Tel 0940-33-7111



～ごみの減量化にご協力ください～

宗像清掃工場は稼働から18年が経過しましたが、これから先も施設・設備等の性能を維持しながら、ごみ処理を継続していく必要があります。

そのためには、昨年の環境委員会の答申のとおり、特にプラスチック類のごみについて、ガス化溶融施設で焼却する量を減らし、リサイクルプラザで資源化する量を増やすなど、ごみの分別を徹底していくことが求められます。

こうした取組が工場の施設・設備等を長持ちさせることにつながりますので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

中身の入ったカセットボンベ、スプレー缶、 リチウム電池などはたいへん危険です

～火災、爆発などの事故の原因になります～

中身の入ったカセットボンベ、スプレー缶、リチウム電池などの異物がごみに混入されると、ごみ収集車や工場内で圧縮、破碎するときに発火し、火災、爆発などの重大な事故を引き起こすことがあります。

ごみを出すときには、**カセットボンベやスプレー缶は中身をすべて出し切り、電池はきちんと取り除くことが重要**です。工場内で安全に継続してごみ処理を行うため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。



むなかた市民学習 ネットワーク

No. 451

むなかた市民学習ネットワーク事務局
TEL.36-3721 FAX.36-3732

学級生募集

短期学級

お正月の生花アレンジメント



有志指導者 高島 有美子
場所 メイトム宗像
期 日 12月28日(火)
時間 午前10時〜正午
教材費 2500円(花器
代込み)
持参品 花ばさみ、新聞紙、
ゴミ袋、水切りボ
ール、雑巾

応募要領

- 学習料は1人1回当たり
400円(4回分前納)
- 会場使用料と教材費は学
習者負担のため別途徴収
します(入会金なし)
- 学級は6人以上で成立
します
- 不成立の場合のみ連絡し
ます

申し込み締め切り後12月16
日(土)のキャンセルは、4回分
の学習料(短期学級の場合は
回数分と教材費が必要)です

しめ縄づくり

有志指導者 櫻 加奈
期 日 ①12月22日(水)
②12月25日(土)
*以下共通事項

場所 メイトム宗像
時間 午前10時〜
同11時30分
教材費 2000円/個
持参品 ハサミ、ラジオペ
ンチ



イメージ

冬鳥の観察会

有志指導者 河野 紀美子
場所 メイトム宗像(スクリー
ンで説明)
・長浦池(日の里4丁目)
で観察



期 日 1月23日(日)
時間 午前10時〜正午
教材費 1000円/人
*資料、保険代含む
持参品 双眼鏡(ない人に
はお貸しします)

申込方法

12月15日(水)必着
ハガキまたはFAXで希
望学級(学級名、指導者名、
場所、曜日、時間)、住所、
氏名、年齢、電話番号を楷
書で記入し送ってください
《あて先》〒811-3437
宗像市久原180
メイトム宗像内

むなかた市民学習
ネットワーク事務局
FAX (36)3732
TEL (36)3721

*寒くない服装
*雨天時は、室内学習
*親子で参加の場合、学習
料は1組500円

アロマテラピー

冬の乾燥対策に!
・馬油クリーム
・リップクリーム

有志指導者 門司 早苗
場所 メイトム宗像
期 日 12月22日(水)
時間 午前10時〜
同11時30分
教材費 700円
持参品 ティーカップ、筆
記用具



追加募集

三味線・長唄



有志指導者 杵屋 勝繁希
①曜 日 第1・3土曜日
②曜 日 第2・4土曜日
*以下共通事項

場所 河東コミセン
時間 午前9時30分〜
午後0時30分
教材費 650円/年
持参品 バチ、指スリ、膝
ゴム、三味線(貸
し出し可)

対象者 初心者・経験者
*購入希望者は紹介します

リコーダーアンサンブル

気軽に楽器で楽しむ音楽



有志指導者 能智 和子

場所 東郷コミセン
曜 日 第1・3金曜日
時間 午前10時〜正午
教材費 楽譜代
持参品 リコーダー、譜面台

民謡

腹の底から
唄いましょう!

有志指導者 塚本 明美

場所 河東コミセン
曜 日 火曜日(月2回)
時間 午後1時30分〜
同3時30分
教材費 初回のみ2200
円(教本代)
持参品 1000円/月
筆記用具



夜卓球

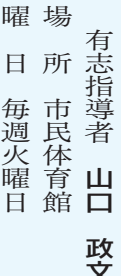
有志指導者 山口 政文・
小野 誠

場所 勤労者体育センター
曜 日 毎週土曜日
時間 午後5時〜同7時
教材費 ボール代500円
(初回のみ)

持参品 体育館シューズ、水、
ラケット、タオル
対象者 中学生以上、大人

卓球

楽しみながら
健康づくり!



有志指導者 山口 政文

場所 市民体育館
曜 日 毎週火曜日
時間 午前10時〜正午
持参品 体育館シューズ、水、
ラケット、
タオル

ラジボール(卓球)

柔らかく大きなボールで
ラリーが続きます

有志指導者 山口 政文

場所 市民体育館
曜 日 毎週木曜日
時間 午前9時30分〜
同11時30分
ボール代 500円/初回のみ
持参品 体育館シューズ、水、
ラケット、タオル

パソコン

有志指導者 安部 久美子

場所 メイトム宗像
曜 日 毎週木曜日
時間 午後1時〜同3時
教材費 200円/月
(テキスト代)

持参品 ノートパソコン
(マイクrosoft社の
エクセル、ワード入り)



展示のお知らせ

メイトム宗像に、有志指導者と学級生の作品を月替わりで展示しています。どうぞご覧ください。

11月25日からは
「コラボで発表会「か
ぼちゃ」」の展示です。



*動画はYouTubeで
公開中↓
<https://youtu.be/N4Bf8Qd0fig>



クラフトテーブル(麻生)



ガーデニング(堺)



手編み(高塚)

東郷コミセン文化祭参加

11月3日〜7日 東郷地区コ
ミュニティ・センターで「げんき
フェスタ東郷」
が開催さ
れました。
ネットワー
ク事業のP
Rとして、
昨年の活動
の写真と作
品を展示し
ました。



市民学習ネットワーク 大活躍!

*連絡のあったものを掲載

おめでとございます

今年も11月に宗像大社で西日本菊花大
会が開催されました。「菊作り」有志指
導者吉田睦雄さんと
学級生が出品、吉田
睦雄さんが法務大臣
賞を、学級生の山下
均さん、長崎貞俊さ
ん、大庭啓子さん、
安河内敬武さん、仙
波克也さんが各賞を
受賞しました。



ハーモニカ教室第7回発表会

11月3日、秋晴れの中メイトム宗像多
目的ホールで「ハーモニカ」有志指導者
友成俊明さんの、全学級の合同発表会が
あり、29名が参加しました。演奏中以外
は常にマスク、マイクの消毒やソーシャ
ルディスタンスなど、
コロナ禍での開催は
色々と苦労がありま
す。大きな会場で緊
張しながらも、皆さ
ん難しい曲に挑戦さ
れ、家での特訓の成
果が発揮された素晴
らしい演奏でした。



水彩画展開催

「水彩画」有志指導者立川眞澄さんが
9月下旬から10月上旬まで「ギャラリ
SEL」(新天町)で過去に訪れた海外
風景や地元の
風景をおりま
せ展示しまし
た。



未来に
羽ばたけ!
福祉の心!!

福祉絵画コンクールと
福祉教育読本「ともに生きる」感想文

福祉絵画コンクール

このコンクールは、市内の幼児から高校生までを対象に、福祉絵画を募集し、646点の参加をいただきました。厳正なる審査の結果、表1のとおり、計30作品が受賞しました。おめでとうございます。

中学生の部



「困っている人がいます。」
日の里中学校
緒方 美咲さん

小学生高学年の部



「やさしさよ 天まで届け」
河東小学校
石橋 彩香さん

小学生低学年の部



「たすける!」
自由ヶ丘小学校
鶴田 智也さん

幼児の部



「みんながここにこわらってる」
日の里幼稚園
鶴澤 実桜さん

中学生			小学生高学年						小学生低学年						幼児			部
銅賞	銀賞		金賞	銅賞		銀賞	金賞	銅賞		銀賞	金賞	銅賞		銀賞	金賞	賞		
日の里中	河東中	自由ヶ丘中	城山中	日の里中	日の里中	大島学園	南郷小学校	日の里東小学校	玄海小学校	吉武小学校	自由ヶ丘小学校	東郷小学校	赤間小学校	地島小学校	河東小学校	学校名等		
阪本 幹太	八並 輝葉	日隈 結瑠	松尾 琴泉	平山 大翔	緒方 美咲	丸井 琉星	河野 優希	酒匂 彩羽	告坂 修一	柴田 心晴	早川 暖史	中島 叶恵	床並 咲愛	松延 碧	石橋 彩香	氏名		

福祉絵画コンクール受賞者(表1)

197号
令和3年12月1日
発行
社会福祉法人
宗像市社会福祉協議会
〒811-3437 宗像市久原180
メイトム宗像2階
TEL 0940-37-1300

「野球大会」が教えてくれたこと
五年二組 香月 結衣

「もし、自分自身が障害を持っていた時、この社会はどう見えるのだろうか」
私は「ともに生きる」という本の「野球大会」を読んで、障害を持った人と持っていない人では、この社会の見え方は違うのではないかなと思うようになりました。
この話は、野球が大好きなひろくんという男の子が交通事故にあり、脊髄を痛め、車いすが必要な体になっ、てしまっ、た話です。そして、ひろくんは、今まで気にとめたこともなかった大小便が自由にできないことに苦しみ、その上、楽しみにしていた野球大会のある会場に、いす式のトイレがないことが分かり、応援にも行くことができなくなっ、てしまっ、たのです。
私は、この話の中でひろくんが、動かしことも、痛みを感じることもできなくなっ、た自分の足をたたきながら、ボトボトと涙を落

「ともに生きる」感想文コンクール

毎年、市内の小学5年生を対象に「ともに生きる」の感想文を募集し、審査を経て表2の11作品が受賞しました。おめでとうございます。

銅賞	銀賞			金賞	会長賞	賞					
日の里東	赤間	地島	赤間西	自由ヶ丘	河東	河東	東郷	大島学園	河東西	赤間	小学校名
小林陽菜子	加賀田悠斗	河野 愛海	北野 真鈴	坂口 葉紡	野相幸太郎	神辺 都羽	山中 咲来	佐藤 来飛	宮原 颯志	香月 結衣	氏名

会長賞受賞!



赤間小5年 香月結衣さん(写真中央)
早川校長(写真左) 本会柴田常務理事(写真右)

受賞作品はメイトム宗像で展示され、展示会場には、たくさんの児童・保護者が見に来られ、撮影などにぎわいました。さまざまな経験や自分の思いを「感想文」や「絵」に描くことで、本人や家族・友だちへと、福祉の心が広がることを願っています。



問い合わせ
市社会福祉協議会 ☎(36)8448

令和3年度 若年性認知症交流会開催

県による若年性認知症交流会が宗像ユリックスで開かれます。

この機会に、若年性認知症の人やその家族同士で日頃の不安や悩みを相談したり、情報交換をしませんか？

- 日 時：令和4年2月5日(土)13:00～15:00
- 場 所：宗像ユリックス 会議室1・2（宗像市久原400番地）
- 対 象：若年性認知症の人及びその家族・支援者
- 定 員：50人（開催日の1週間前までに申し込んでください）
- 参加費：無料
- その他：新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況等により、中止する場合及び参加を見合わせてほしい場合のみ県若年性認知症サポートセンターから連絡あり。
- 申し込み・問い合わせ
福岡県若年性認知症サポートセンター ☎0930(26)2370 FAX0930(37)1873



お礼と報告

イオン 幸せの黄色いレシートキャンペーン

今年も、皆さまからの「イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン」（イオンモール福津）へのご支援により、投函レシート総額の1%にあたる5,800円分をギフトカードで寄贈いただきました。協力いただきました皆さまに心よりお礼申し上げます。

今回寄贈いただいたギフトカードで、宗像市発達支援センター療育施設 のぞみ園の子どもたちが園で使う「カラー丸シール」を購入しました。

普段の買い物で地域貢献につながるという仕組みと皆さまの心遣いに感謝します。

「子どもたちが使う文具の購入に充てさせていただきました、ありがとうございました」のぞみ園スタッフ



10月24日、爽やかな秋空の下、市内にある大自然に囲まれたみかん農園（太陽園）でみかん狩りを体験しました。広い敷地には見渡す限りみかんの樹が広がり、今が食べ頃と言わんばかりに色付いたみかんがたわわに実っていました。園の担当者より、ハサミを使って採る方法や美味しいみかんの樹には目印としてリボンが付けてあると説明をうけ、目印のある樹に狙いを定め、慎重に選んで袋いっぱい。

みかん狩り体験
レッツ・ゴー！

みかんの採り方の説明を受けた



どのみかんが甘いかな？

美味しいみかんの樹にはリボンが付いています



障害者生活支援センター
（宗像市役所・北館1F）
土・日曜日、祝日を除く 午前8時30分～午後5時
☎(34)2411 FAX(34)2422
メールアドレス aaw09180@hkg.odn.ne.jp

歳末たすけあい募金運動中止のお知らせ



福岡県共同募金会宗像市支会では、毎年12月から（一部地域は11月より実施）「歳末たすけあい募金運動」に取り組んでいます。

新型コロナウイルス感染症予防のため訪問による募金活動の制限や、毎年多くの寄付をいただいている市内事業所様のコロナ禍における状況も踏まえ、昨年同様に募金活動を中止させていただくことと致しました。

毎年、募金にご協力いただいている皆さま並びに募金の配分金を活用し子育て支援や地域福祉のために活動されている団体の皆さま、ご理解・ご了承いただきますようお願い申し上げます。

12月30日(木)は年末年始のため、休館します。
年明けは、1月6日(木)から開館します。

問い合わせ先

市ボランティアセンター ☎(37)4100

おもちゃ図書館
休館日のお知らせ

寄付
ありがとうございます

【香典返し】(敬称略)

・(故)井上堯敏 (朝町)
・(故)入江勝枝 (野坂)
・(故)春田昌俊 (神湊)
・(故)力丸洋子 (大井)
・(故)瀧口潤一郎 (稲元)
・(故)片山信行(ひかりヶ丘)
・(故)柳春伴 (大井)
・(故)三宅聖二 (稲元)
・(故)福岡文子 (大島)

・(故)栗野アサノ (上八)
・(故)山口昭五 (田野)
・(故)水上明子 (野坂)
・(故)増野好江 (武丸)
・(故)河辺ハルエ (大島)
・(故)加留部光俊 (東郷)

市社会福祉協議会では、随時寄付を受け付けています。振込や現金書留等でも受け付けが出来ますので、お問い合わせください。地域福祉の推進のために、ご協力をよろしくお願い致します。

社協だよりは、偶数月の1日号です（年間6回）

社会福祉法人 宗像市社会福祉協議会

大島支所 宗像市久原180番地メイトム宗像内 ☎(37)1300

ホームページ http://syakyo.munakata.com/ メール info@syakyo.munakata.com ☎(72)2294

本会は、むなかたタウンプレスを音にして届ける「声の広報」活動を実施しています

車両の寄付

ありがとうございます



今年9月に市内在住の片野温豆様のご遺族様より車両を寄付いただきました。

この車両は温豆様が生前使用されていたもので、車イスに乗ったまま乗車可能な福祉車両です。

市社会福祉協議会では、市内全域が活動範囲となるため、多くの職員が車を使用し、公民館や小学校、福祉サービス利用者宅などへ訪問しています。車両が足りないことも度々あり、今回の寄付を誠に感謝しております。

今後は、ご厚意に添うよう市内地域福祉活動推進のため、有効に活用させていただきます。ありがとうございます。



コンパクトな福祉車両



車イスに乗ったまま乗車できます

情報ステーション

詳細は各問い合わせ先へ



申込方法 応募事項

電話以外での申込は、次の①～④を明記してください。
①催し名・コースなど②郵便番号・住所③氏名④電話番号

会計年度 2 級職員募集

【①～③共通事項】

●任用期間＝令和4年4月1日～令和5年3月31日

●待遇＝年次有給休暇、社会保険、雇用保険あり。期末手当、通勤手当相当額の支給あり。その他手当支給なし

●勤務地＝市立学校

申▶各課窓口▶郵送

＊募集要項は、市 HP「市政情報」→「人事・職員採用」(右記



【募集内容】

①学力向上支援教員

●内容＝市立学校での学習指導

●要件＝▶小・中学校教諭免許(令和4年度有効)のいずれかを持つ人
＊令和4年3月末日までに取得見込みも可▶普通自動車免許を持つ人(AT 限定可)

●面接日＝令和4年1月22日(土)

図 12月24日(金)

問 教育政策課 ☎(36)5099

②学園コーディネーター

●内容＝小中一貫コミュニティ・スクール推進のための学校間、地域間の連絡調整、若年教員の研修補助

●要件＝▶小・中・高等学校、特別支援学校での勤務経験がある人▶普通自動車免許を持つ人(AT 限定可)
＊令和4年3月末日までに取得見込みも可

●面接日＝令和4年1月22日(土)

図 12月24日(金)

問 教育政策課 ☎(36)5099

③学校司書

●内容＝市立学校の学校図書館の運営に関する業務全般

●要件＝▶司書資格を持つ人

＊令和4年3月末日までに取得見込みも可●書類選考あり＊面接日は後日連絡 図 12月24日(金)

問 図書課 ☎(34)2264

会計年度 1 級職員募集

特別支援教育支援員

●内容＝市立学校で特別な支援を要する児童生徒の学習支援や介助(週20時間未満)＊原則、学校休業日を除く●要件＝保育士資格、幼稚園教諭免許、小・中学校教諭免許(令和4年度有効)のいずれかを持つ人＊令和4年3月末日までに取得見込みも可。または、小・中学校での勤務経験がある人●勤務地＝市立学校

●待遇＝年次有給休暇あり。通勤手当相当額の支給あり。その他手当支給なし

●面接日＝令和4年1月14日(金)

図 12月23日(木)

問 教育政策課 ☎(36)5099

優良環境行動賞表彰対象者募集

対 環境保全行動に顕著な功績があった個人や事業者、団体、学校など▶市内で対象となる活動をおおむね5年以上続けている＝感謝状

▶過去に感謝状を授与され、市内で対象となる活動をおおむね10年以上続けている＝表彰状

＊自薦、他薦いずれも可

●対象となる活動＝▶地球温暖化防止活動▶自然環境保全活動▶環境美化活動▶環境教育活動

＊表彰は令和4年2月予定

図 12月24日(金)＊消印有効

申 環境課に応募用紙を提出

▶郵送＝〒811-3492／住所不要

▶窓口(西館2階)

＊募集要項・応募用紙は、市 HP「優良環境行動賞表彰対象者募集」(右記コード)からダウンロード可



問 環境課 ☎(36)1421

＊窓口(西館2階)も可

男女共同参画推進センター「ゆい」

①ワーク・ライフ・バランス応援セミナー「仕事と介護のカタチ」

いざ「介護」となっても戸惑わないよう、介護の現状を知り、仕事と介護の両立について考えてみませんか。

期 令和4年1月25日(火)10:00～12:00 所 メイトム宗像・結工房

●講師＝生野繁子さん(九州看護福祉大学副学長)

対 市民 定 抽選で20人 料 無料

図 1月16日(日)

②女性 DIY 教室「私だけのカフェテーブルを作ろう！」

DIY の基礎を学び

ましょう。工具の選

び方、使い方を学び

ながら、スツール(椅子)

や飾り台にもなる

カフェテーブルを

作成します。

期 令和4年1月27日(木)、2月3日(木)9:00～12:00＊2回で1つの作品を完成 所 メイトム宗像・結工房

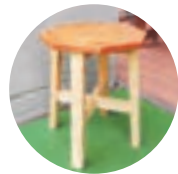
●講師＝吉田明博さん(1級建築士、DIY アドバイザー) 対 市民(女性)＊2回とも参加できる人 定 抽選で12人

料 2,000円(材料費)＊締切後のキャンセルは材料費が必要

図 1月10日(月・祝)

【①②共通】

託 無料(5カ月～未就学児。事前申込必要) 申 問 男女共同参画推進セ



寸法／高さ44cm
×天板幅36cm

ンター「ゆい」☎(36)0250

＊申込は上記情報ステーション応募事項を明記して、ハガキ(〒811-3437 久原180)、F (36)0269、電子申請(市 HP)も可

世界遺産「新宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群公開講座 (第6回)

沖ノ島の祭祀で捧げられた品々の中でも特徴的なものを取り上げ、その価値と意義について、各分野を代表する専門家がシリーズで講義します。

期 12月18日(土)13:30～14:40

所 海の道むなかた館・講義室

●内容＝第6回「沖ノ島の紡織具」

●講師＝東村純子さん(福井大学国際地域学部准教授)

定 抽選で40人(当選者には3日前までにメールで連絡)

料 無料 図 12月11日(土)

＊詳細は「新宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群 HP (右記コード)で確認を



申 同 HP から専用フォームで申込

問 「新宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群保存活用協議会事務局(福岡県世界遺産室)▶☎092(643)3162

▶✉ sekaiisan@pref.fukuoka.lg.jp

『新修宗像市史 教育・文化・まちづくり』刊行記念講演会

期 令和4年1月30日(日)

13:30～15:00 所 海の道むなかた館・講義室●テーマ＝発掘むなかた88年の歩み●講師＝白木英敏(市職員)

定 先着50人 料 無料

●受付＝12月7日(火)10:00～

申 問 海の道むなかた館

☎(62)2600

まちの伝言板

詳細は
各問い合わせ先へ



約 30 店舗でハンドメイド作品を販売！ One day market vol.12

期 12月12日(日)10:00～15:00 所 赤間コミセン(「ちょこっとプレゼント」や抽選会あり)

問 赤間コミセン ☎(39)7051

障がい者・高齢者のための ①成年後見講座 ②無料相談会

①成年後見講座

期 12月11日(土)10:00～12:00

●講師＝與田達雄(元西日本短大講師) 定 先着20人 料 無料

②無料福祉・法律相談会

期 12月14日(火)9:00～12:00

＊相続、遺言、障がい者福祉など

【①②共通】

所 メイトム宗像 対 市民

申 問 宗像地区成年後見研究会

(中村) ☎080(5249)8924

大人のラグビースクール「玄海 オールドパイレーツ」会員募集

●練習場所(日時)＝福津市(毎週日曜日14:00～16:00) 対 35歳以上＊未経験可＊詳細は同スクール HP で確認を 問 同スクール(吉澤)

☎090(2518)2263

県営住宅入居者募集

●募集期間＝12月9日(木)～17日(金)＊募集団地と戸数などの詳細は12月2日(木)から配布する募集

案内書で確認を(市建築課、総合案内、大島行政センターで配布)

問 県住宅供給公社県営住宅管理部管理課▶☎092(781)8029

▶F 092(722)1181

宗像 jr. ランニングクラブ会員募集

期 毎週日曜日、祝日、第2土曜日

9:00～11:00 所 宗像ユリックス

対 走る事に関心がある小学3～4年生 定 5人程度 料 無料(会員Tシャツ代1,700円必要) 申 問 同クラブ(中村) ☎090(1977)7244

保護者と一緒に

よく揚がる凧を作ろう！

期 12月18日(土)、19日(日)

10:00～15:00 所 いせきんぐ宗像

料 500円(材料費) 定 各先着30

人＊グループでの参加は「ルックルック講座(市実施の出前講座)」から他の日程も申し込み可

申 問 日本紙飛行機協会宗像支部

(堀) ☎090(4426)2162

福岡教育大学混声合唱団 第 60 回 定期演奏会 (ライブ配信)

期 12月11日(土)開演15:30

料 500円＊配信当日に支払い(クレジットカード、PayPalのみ可)

▶配信 URL ＝ https://vimeo.com/602494922

▶パスワード＝ fukudai2021

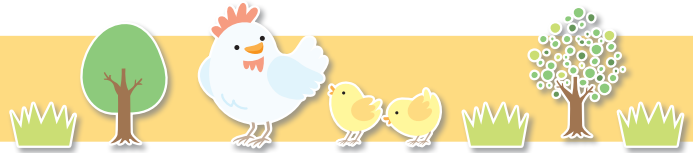
＊宗像ユリックスで開催。新型コロナウイルス感染症対策のため、関係者のみ入場可。詳細は、福岡教育大学混声合唱団 HP で確認を 問 同合唱団(古川) ☎080(4873)0538



【豊かな人権感覚を培おう！】令和2年度 中学生作成の人権標語を毎号紹介します。人権は、「人が人として幸せに生きる権利」。コロナ禍の今こそ、大切にしたいのは思いやりの心です。みなさん、人権について考えてみませんか。(10～11ページ) 問 人権対策課 ☎(36)1270



ひよこだより



◆子育て支援センター「ふらこっこ」

申 ふらこっこ ☎(37)3741
問 子ども育成課 ☎(36)1214

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、閉室になる場合があります。詳細は、市HP むなかた子育て・教育サイト「むむハグ。」(右記コード)で確認を。

「ふらこっこ」交流室 事前申込必要

当分の間、利用方法を一部変更します。詳細は、市HP「むむハグ。」(右記コード)で確認を。

期 月～金曜日、第2土曜日(11日)

●時間＝▶10:00～11:30

▶13:30～15:00

*12月は、第2水曜日(8日)の午後、29日(水)～令和4年1月3日(月)が休館

ベビータ임

期 12月8日(水)

10:00～11:30

対 6カ月までの子どもと親

ベビーデー

期 12月16日(木)

▶10:00～11:30

▶13:30～15:00

対 11カ月までの子どもと親

①満1歳のお誕生会&食育ミニ講座

期 12月22日(水)10:30～11:30

所 メイトム宗像・健診室

対 12月に1歳になる子どもと親

定 先着10組

期 12月2日(木)10:00から

②親子で遊ぼう!ホップ!ステップ!!ジャンプ!!!～親子でストレッチ～

親子あそび・おはなしをします。お茶、タオルを持参し、動きやすい服装(タイツ・ストッキング不可)で参加してください。

期 令和4年1月11日(火)

10:00～11:30

所 メイトム宗像・多目的ホール

対 1歳～未就園児の子どもと親

定 親子合わせて先着20人

期 12月9日(木)10:00から

①②共通事項

対 市民優先 申 子育て支援センター「ふらこっこ」☎(37)3741

*窓口も可 *受付時間はいずれも10:00～15:30

【同センターへの相談】

期 月～金曜日10:00～15:30

*第2水曜日は午前のみ

*電話、窓口、メールで受付

〈メールでの相談は、市HP むなかた子育て・教育サイト「むむハグ。」→「目的でさがす『お出かけ』」→「子育て支援センター」→「【子育て支援センター】ふらこっこ「交流室」利用方法について」内のアドレスへ送信してください〉

Instagram

【公式】宗像市子育て支援センターふらこっこ



◆子どもプレーパーク

子ども育成課 ☎(36)1214

子どもが自然の中で自由に活動できる冒険遊び場です。誰でも自由に参加できます。参加無料。

期 ▶12月11日(土)、18日(土)、

25日(土)、26日(日)

▶令和4年1月8日(土)

●時間＝10:00～16:00

期 ▶12月2、9、16日

▶令和4年1月13日

(いずれも木曜日)

●時間＝10:30～13:30

所 子どもプレーパーク

(メイトム宗像・本館横)

◆子育てサロン

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、子育てサロンは当面の間中止します(下記以外)。再開時期は未定。
*主催者の都合などで開催日の変更や休みの場合あり

池野子育てサロン「めだかつ子」

期 12月23日(木)10:00～12:00

所 池野コミセン・多目的ホール

定 先着7組 ●申込期間＝12月1日(水)から開催前日まで

申 問 池野コミセン ☎(62)2003

まりんらんど

期 毎週火曜日10:00～12:00

所 大島ふれ愛センター・1階

問 西永 ☎080(6420)4001

地島サロン

期 不定期 所 地島漁村センター

問 前田 ☎(62)1260

◆市民図書館「おはなし会」

赤ちゃんのおはなし会

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため休みです。期間は未定。再開は市広報紙、市民図書館HPなどでお知らせします。

小さい子のおはなし会

就学前の子ども向けのおはなし会です。入場無料。

期 12月3、10、17日

(いずれも金曜日)

11:00～(30分以内)

●担当＝おはなしボランティア

「おはなし あね!」

所 えほんのへや(メイトム宗像内)

問 えほんのへや ☎(36)0212

おはなし会

絵本の読み聞かせやパネルシアターなど。入場無料。

期 12月25日(土)

11:00～(30分以内)

●担当＝おはなしボランティア

「お話げんかい」

所 深田分館

問 深田分館 ☎(62)2346

市公式LINE・市HPでも、子育てに役立つ情報を発信しています。



市公式LINE



むむっ! むなかた。



市HP むむハグ。

12月のほけん

問 問 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か月すくすく相談会」など、詳細は市HP→「むむハグ。」→「目的でさがす」→「相談・サポート」で確認を

妊娠の届出・母子健康手帳交付

母子健康手帳の説明、妊婦健康診査受診補助券の交付、妊娠中の健康管理について個別に助産師・保健師などが応じます。妊娠届出書を持参してください。

期 月～金曜日8:30～17:00

*土・日曜日、祝日を除く

所 市役所西館1階・

子ども家庭課21番窓口

栄養なんでも相談室 事前申込必要

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。母子健康手帳、筆記用具を持参して参加してください。

期 12月22日(水)、
令和4年1月26日(水)

①相談＝9:30～11:30(12:00終了)

②離乳食教室＝10:00～11:00

所 メイトム宗像

①202会議室 ②2階調理室

*①②いずれも事前申込必要、定員あり。②は1週間前までに申し込みを

対 0～4歳の子どもと保護者、妊婦(市民のみ)

たまご学級 事前申込必要

期 ▶12月3日(金)＝3コース

「妊娠中の栄養について

考えてみよう」

▶12月17日(金)＝4コース

「安産体操と

産後のからだについて」

▶令和4年

1月14日(金)＝1コース

「どんなお産にしたい?」

●時間＝13:30～15:00

(受付13:15～)

所 メイトム宗像

対 ▶1・4コース＝妊婦のみ

▶3＝パパも可

託 無料(5カ月～未就学児)

*託児は1週間前までに申し込みを

*全コース、母子健康手帳、母子健康手帳副読本、筆記用具の持参を

*4コースは、バスタオル2枚・フェイスタオルも持参を



ママ・パパレポート

10/7UP

子どもと一緒に活動できるボランティア団体「ママボラむなかた」

子どもが保育施設に入るまでの間、「子どもと一緒にいながら誰かの役に立ちたい」というママのため、今年6月に市内ボランティア団体「ママボラむなかた」が設立。「お年寄りとの交流」「小中学生との交流」「ママ向けの活動」「プレママ向けの活動」の4事業あり、意欲的に活動しています。

これまでは、日の里学園サポーターに登録して日の里西小学校での丸つけのサポートや、上の子の習い事に付き添っているママのため、隣の教室で下の子を預かる託児を実施。9月には敬

老の日に高齢者施設のみなさんへ手作りプレゼントを贈りました。

コロナ禍で情報を得ることが難しい中、市内すべての幼稚園・認定こども園



高齢者施設へのプレゼント

の在園児ママとコンタクトを取り、「生の声を提供できれば」と2週に渡ってオンライン子育てサロンも開催。「在園児ママだからこそ分かる各園のメリット・デメリットなど参考になった」と好評の声が聞かれました。

「ママボラむなかた」は現在メンバーを募集中。代表の米倉仁美さんは「人となかなか会えない今、外で誰かの役に立っていると実感できれば、自分軸が増えて日々が楽しくなると思います。『ママボラむなかた』が育児・家事以外の第3の居場所になることができれば」と語ります。ぜひ、子どもが小さいからこそ「できる」ことを始めてみませんか?(ママレポーター・新田)



*子育て中のレポーターが取材したさまざまな記事は、市HP→「むむハグ。」→「ママ・パパレポート」で見ることができます

問 秘書政策課広報報道担当

☎(36)1055

レポートの全文はこちら!



勇気だし 声をかけたら 友達だ(柴田聖姫・中央中1年)
一度たちどまり 考えてみよう 相手の気持ち(江頭明唯・自由ヶ丘中1年)

咲かせよう 笑顔の花 美しく(灘邊あい・玄海中7年)

12月のお誕生日おめでとう

【掲載募集】令和4年6月の掲載分を募集します。抽選で6人(初回優先)掲載時3歳まで毎月20日電子申請のみ*詳細は、市HP(右記コード)で確認を秘書政策課広報報道担当 ☎(36)1292



岩谷^{きつき}くん
令和2年12月17日生
1歳・河東
いつも笑顔あふれる杵築☆君と出逢えて父と母は毎日幸せです。ありがとうございます！



財部^{よしと}善大くん
令和1年12月24日生
2歳・赤間西
にいにが大好きなよくん♡これから、2人仲良く元気に成長してね♡



山本^{りんたろう}倫太郎くん
令和1年12月21日生
2歳・河東
お散歩が大好きな倫ちゃん。いつも元気をありがとう。たくさん遊ぼうね。



松隈^{おうが}央河くん
令和1年12月15日生
2歳・赤間
みんなの癒しの央河♡我が家に生まれてきてくれてありがとう♡大好きだよ♡



河野^{ゆあ}ゆあちゃん
令和1年12月1日生
2歳・南郷
いつも笑顔の元気なゆあ♡これからニコニコ笑顔で皆を癒してね♡



高橋^{ななこ}那菜子ちゃん
平成30年12月1日生
3歳・池野
歌が大好き♪アンパンマン大好き♡これからマイペースに大きくなってね♡



食べて応援！

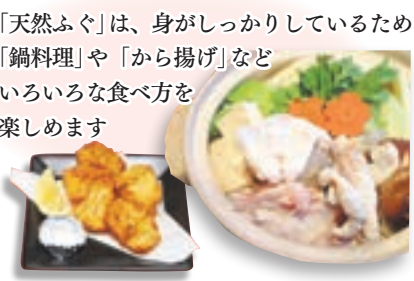
今年もやります！ ブリ販売

冬が旬で脂がのったブリは、おせち料理やお雑煮など、正月には欠かせない食材です。ブリが出世魚であることから「立身出世を願う」という意味が込められ、おせち料理などに使われます。

宗像漁協鐘の岬活魚センターでは、今年もブリを販売。独自の技術を使って鮮度を保った状態で、ブリを届けます。合わせて、フグ、タイ、ナマコ、その他の活魚・加工品も予約できます。

縁起の良いブリや宗像産の魚介類で食卓を囲んで新年を迎えましょう。

「天然ふぐ」は、身がしっかりしているため「鍋料理」や「から揚げ」などいろいろな食べ方を楽しめます



年末ブリ 予約販売

■予約受付期間 12月20日(月)まで

■受付時間 8:00～16:00

■商品の受け渡し方法

▶配送(有料)

▶活魚センターでの受け渡しは12月28日(火)～30日(木)

*受け渡し時間は7:00～14:00

■ブリ販売価格

▶4kg 台10,000円(半身6,000円)

▶5kg 台12,000円(半身7,000円)

*上記以外のサイズの販売もあります

■予約特典

特典1 3枚おろし加工代、真空パック代(いずれも500円相当)が無料(希望者のみ)

*12月30日(木)の現地受け取りの場合は、真空パック対応は不可

*さばいてすぐに真空パック包装をします。空気に触れず鮮度を保ち、色味の変化を防ぎます

特典2 玄界灘で獲れた「天然ふぐ切り身(冷凍)300g」プレゼント(数量限定)

■予約申込・問い合わせ先

▶鐘の岬活魚センター ☎(62)1570 ▶宗像漁協 ☎(62)1500

*詳細は、宗像漁業協同組合 田(右記コード)で確認を



年末のごみ出し情報

問環境課 ☎(36)1421



■年末年始のごみ休み ○…通常通り

	12月						1月			
	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	1(土・祝)	2(日)	3(月)	4(火)
燃やすごみ *大島地区を除く	休	○	○	○	○	○	休	→	休	○
粗大ごみ	休	○	○	休				→	休	○
西側資源物受入施設	○	休							→	休
北側資源物受入施設	○	休							→	休
宗像清掃工場 自己搬入	休	○	○	休					→	休
不燃物埋立処理場	休	○	○	休					→	休

●粗大ごみの収集は予約制です。年末は予約が混み合うため、年内に粗大ごみの回収を希望する場合は早めに環境課(粗大ごみ専用 ☎(36)9092)か、市HP「粗大ごみインターネット受付」(右記コード)で申し込みをしてください。

●年末、宗像清掃工場・資源物受入施設は、たいへん混雑します。早めの利用をお願いします。

*年末の臨時受入施設については、市HPで確認を

■多量にごみが出たときの処分

片付けや引っ越しなどで多量にごみが出た場合は、下記の収集運搬許可業者に依頼することで、各業者が回収・処分します。料金は、量などによって異なるため、見積りで事前に確認してください。

- 玄海クリーン(有) ☎(62)2944(江口978番地52)
- 三孝産業(有) ☎(33)3847(須恵3丁目26番1号)
- (有)神郡清掃サービス ☎(33)7111(徳重2丁目1番22号)

*ごみを排出した本人が宗像清掃工場に持ち込み、処分も可

*詳細は「家庭ごみの出し方パンフレット」(右記コード)で確認を



むなかた市
粗大ごみ
インターネット
受付



家庭ごみの
出し方
パンフレット

さんぽ

令和4年3月
掲載分の「俳句」
「川柳」「短歌」
の各作品を募集
します。①住所②氏名③年齢④電話番号を
必ず明記して、ハガキか郵送〒811・
3492/住所不要/広報報道担当各作品
係あてへ応募してください。

▼作品・氏名には、漢字全てに必ず「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

▼短歌の添削を希望する場合は、必ず返信
用封筒と84円切手2枚を添えて郵送
(1人3首以内)

問秘書政策課広報報道担当 ☎(36)1055

川柳

話してる途中で気づく人違い
(田中幸子・自由ヶ丘)

太陽がほほ笑むようないい話
(櫻木山彦・河東)

補聴器で清濁併せ聞く不便
(松田一喜・自由ヶ丘)

短歌

白百合を君とかぞえた古里の
緑濃き山変わりはないか
(新倉正成・神湊)

この朝け葵みごとに開きたり
妻の丹精われも享受す
(原口融・日の里)

真南に淡く光れり青き星
南の魚座のフォーマルハウト
(大西晶子・自由ヶ丘)

俳句

赤蜻蛉右に左にきらきらと
(吉田一将・東郷)

母待つてひとりなわとび秋夕焼
(井上和江・日の里)

虫の夜地上にひとりあるごとく
(白十千早・赤間)