

いいとこ

むなかた!

2026 令和8年 1月号

むなかたタウンプレス
No.514



食のまち宗像 HP



つなげ、伝え、ひろげ「福」を呼ぶ。

生産者・直売所・飲食店・アンバサダーが広げる「食のまち」

自然に恵まれた宗像は、海、山が育んだ“おいしいもの”がいっぱいです。玄界灘の恵みを受けた海産物、太陽をたっぷり浴びた農産物、むなかた鶏やむなかた牛など、生産者が情熱を注ぐ宗像ならではの食材が幅広く生産されています。地元自慢の食材がそろった直売所には、市内外から多くの人が訪れ、プロの料理人の姿も見られます。市では、宗像産の食材を活用し「食のまち宗像」の魅力をともに発信する事業者を令和6年から募集。現在は77店が「食のまち宗像認定店」として登録され、地元食材を使ったメニューとともに「おいしい宗像」を広く届けています。■また、SNSで店舗や生産者の情報を紹介する「むなかた魅力発信アンバサダー」が活動を後押しし、生産者・直売所・飲食店・市民がつながる取り組みが広がっています。この輪に関わる全ての人に“福”が訪れる——そんな宗像ならではの食のつながりを今年も広がっていきます。この輪にあなたも参加してみませんか。■「食のまち宗像認定店」は随時募集しています。詳しくは市庁(上記コード)を。

図産業政策課 ☎(36)9039 秘書政策課 ☎(36)1055



世界遺産CITY

宗像

Sacred Island of Okinoshima and
Associated Sites in the Munakata Region

主な内容

4・5 確定申告・市県民税申告
7 認知症になっても私は私。
10 青少年指導員の活動

11~13 情報ステーション
14~15 伝言板・市民のひろば

◆他団体情報紙◆ 中心 コリックスサラダ(4ページ)、◎市民学習ネットワーク

生産者・直売所・飲食店・市民アンバサダーが広げる「食のまち」 つなげ、伝え、ひろげ「福」を呼ぶ。



ここでは、生産者と消費者を結ぶ「道の駅むなかた」と宗像の産物を使った料理を提供する「赤馬館・お食事茶屋とん万」に伺い、宗像産の食材の魅力を聞いてきました。
 図産産業振興課 ☎ (36)9039



生産者と消費者をつなぐ 地産地消の拠点＝道の駅むなかた



「道の駅むなかたは“食のまち宗像”のショールーム。生産者と消費者をつなぐ「美味しい」「楽しい」「便利」を高めていきます」とスタッフのみなさん。



道の駅むなかたは「じゃらん全国道の駅グランプリ 2025」で2位に輝き、「JAF 会員が選ぶイチオシ道の駅グランプリ」では、九州・沖縄で3年連続1位を獲得し殿堂入。全国でも高い評価を受けています。年間利用者は約170万人。家庭の買い物客はもちろん、プロの料理人も足を運びます。では、その「魅力」とは何でしょうか。現場で接客や商品管理を担当する、営業部のスタッフに話を聞きました。

「600人を超える出品者が、最高の品を届けたいという思いで集まっています。その熱意と、安全で鮮度の高い品を提供するという道の駅の方針が、魅力につながり、多くの人に受け入れられています」。

農産物はすべて、農薬使用基準を満たしているかどうかを審査し、基準をクリアしたものだけが店頭に並びます。出品者が工夫して作る説明カードには「減農薬」や「農薬不使用」の表示もあり、「分かりやすい」

「参考になる」と好評です。

鮮魚は、漁港に戻ってから1時間以内に売場に運ばれます。「活メ(いきしめ)」は、生きた魚を締めて鮮度を保ったもの。「野メ(のしめ)」は、捕った直後に氷水でしめた魚です。シールで違いを示し、食材の品質がひと目で分かるようにしています。

「お客さまの反応をその場で感じられるのが一番のやりがいです」とスタッフ。励みになるだけでなく、改善のヒントも得られると話します。

「生産者、直売所スタッフ、利用者は、立場を超えて“パートナー”のような存在です」と続けます。

売り場で、顔を合わせれば会話が弾み、より良い品を届けようという思いが自然と生まれるそうです。こうした関係性が、道の駅むなかたの最大の魅力であり、強みなのかもしれません。



自由ヶ丘小学校5年生と開発した「しとり」も販売しています。地元のしょう油を使った甘めの味付けが特徴です。

宗像産食材を使った料理が人気。 赤馬館・お食事茶屋とん万（とんま）

昨年11月、創業11周年祭でにぎわった「街道の駅 赤馬館」。その館内にある「お食事茶屋とん万（とんま）」は、ゆったりくつろげる“癒やしの食事処”として、幅広い世代に親しまれています。食事はもちろん、デザートやドリンクも充実しており、宗像産の食材を使ったメニューがずらり。しょう油や味噌などの調味料まで地元産にこだわっているのも、赤馬館ならではの魅力です。

赤星館長のおすすめは、大島の塩と宗像産の野菜・魚介をたっぷり使った「宗像大島の塩ちゃんぽん」。スタッフの推しは、宗像産のイチゴや甘夏など季節の果物を使った甘味。夏はかき氷、寒い季節は、勝屋酒造さんの甘酒を使った「甘酒白玉ぜんざい」です。

定番の人気メニューは、主菜にご飯、味噌、小鉢、漬物、サラダなど6～7品が付く『気まぐれ赤馬定食』。



▲宗像の食材を使った料理が並ぶメニュー看板。館内では宗像の特産品も販売しています。

食』。900円とリーズナブルな価格も魅力です。

さらに、「とん万」で使われているしょう油、味噌、塩は館内の物販コーナーで購入できます。食事をきっかけに、地元の味を知ってほしい。そんな赤馬館の心遣いが感じられます。

2月21日(土)・22日(日)は、恒例の地域行事「第26回 唐津街道赤間宿まつり」が開催されます。期間中は赤間宿の街道が歩行者天国となり、時代行列の練り歩きや露店、勝屋酒造の蔵開きなど、街全体が祭り一色に。ぜひ、食とまちの魅力をあわせてお楽しみください。



▲館長おすすめの「宗像大島の塩ちゃんぽん」(上)。とん万オリジナルの「甘酒白玉ぜんざい」(下)。

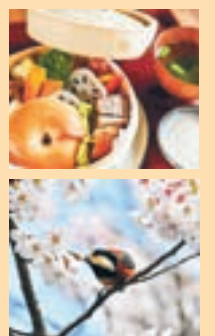
SNSで 宗像“推し活”

市内では、新鮮でおいしい地元産の食材を使う新規店が続々とオープンしています。最新の情報は「むなかた魅力発信アンバサダー」がSNS(下記コード)で発信中です。

図秘書政策課 ☎ (36)1055



◀むなかた魅力発信アンバサダーのインスタグラム



▲宗像の「おいしい」「たのしい」「きれい」「学び」を発信しています。フォローで応援を！



子どもの頃の「おいしい体験」から 食を大切にする心を育みます

地元の食材に触れ、家族で料理を楽しむことは子どもたちの未来の健康づくりにつながります。地域の食に親しみ、食や健康への関心が自然と育つきっかけづくりを目的に「エコサラダレシピコンテスト」「チャレンジ子ども料理」を開催しました。



子どもたちの自由な発想の「むなかたエコサラダ」が完成

☎健康課 (36) 1187



むなかたエコサラダレシピコンテスト

子どもたちが、楽しく、おいしく、自然と野菜を食べる習慣を作るきっかけとなるよう、キューピー株式会社と連携し、同コンテストを開催。テーマは「作ろうよ！君のとおきおきサラダ ～サラダは、自由だ～」。夏休み期間中、市内在住か市立学校に通う小学3～6年生を対象に募集し、個性豊かなエコサラダレシピ 17 点の応募がありました。

～ 評価内容 ～

- ①宗像産の野菜を使う
- ②誰でも手軽に作ることができる
- ③自由な発想がある（とおきポイント）



コンテスト終了後に笑顔の出場者、保護者、審査員

レシピコンテスト（最終審査）

一次審査を通過した5人の子
どもたちが、昨 年 9 月 27 日のコンテストで腕を振りました。

伊豆市長の開始の合図とともに始まったコンテスト



緊張しつつも丁寧に調理が進みます

は、45 分と時間の制約がある中、宗像産の野菜を使って、焼いたり、炒めたりと、大人があっと驚く自由な発想のサラダが次々に完成しました。

サラダを作り終えた子どもたちは、審査員の前でサラダのとおきポイントを堂々とアピール。子どもたちの思いを受け取った審査員は、基準をもとに真剣に審査し、子どもたち一人一人に丁寧にコメントをしました。

審査発表

グランプリに輝いたのは「やきいもと野菜のカラフルサラダ」。やきいもを使った意外性と見事にサラダに調和したところが高く評価されました。また、地元宗像産の野菜を生かし創造性あふれる素晴らしいレシピとして「ようふうサラダごはん」にキューピー賞が授与されました。

コンテスト終了後のお楽しみ

表彰式が終わり、ホッとした子どもたちは「他の人のサラダも食べたい！」と興味津々。全員で仲良く味わいました。

いつまでもいきいきと元気に過ごすために

「健康のために」というよりも「楽しく」「おいしく」野菜を食べることで自然に健康になることを目指してキューピー株式会社と連携し、野菜を食べて健康づくりと食品ロス削減につながる取り組み「むなかたエコサラダ」を実施しています。市内スーパーや直売所で、地元で生産される旬の野菜を活用したメニューを紹介しているので「むなかたエコサラダ」を毎日の食事の参考にしてください。

やきいもと野菜のカラフルサラダ Recipe

【材料・分量】

- ◆キュウリ 1/2 本
- ◆たまご 2 個
- ◆ミニトマト 5 ～ 6 個
- ◆ブロッコリー 1/2 個
- ◆やきいも 小 2 本
- ◆パプリカ 1/2 個
- ◆レタス 1 玉
- ◆シーザードレッシング

【作り方】

- ①レタスをちぎって皿に盛る
- ②ブロッコリーとたまごをゆでる
- ③キュウリをスライスする。パプリカを切る
- ④キュウリ、トマト、パプリカを皿に盛る
- ⑤やきいもの皮をむいてつぶす
- ⑥つぶしたやきいもを中心に飾る
- ⑦シーザードレッシングをかけて完成



カラフル野菜炒めサラダ

審査結果

●グランプリ

『やきいもと野菜のカラフルサラダ』
斎藤雪月（ゆづき）さん／自由ヶ丘小 5 年

●準グランプリ

『カラフル野菜炒めサラダ』
濱岡藍紗（あいさ）さん／赤間西小 6 年

特別賞

●むなかた野菜賞『夏野菜の焼きサラダ』
濱村優（ゆう）さん／東郷小 5 年

●とおき賞『宗像の夏』
吉武歩乃佳（ほのか）さん／地島小 5 年

●サラダは自由だ賞、キューピー賞
『ようふうサラダごはん』
吉武壮馬（そうま）さん／赤間西小 3 年



報告

☎宗像市学校給食会（安全安心な学校づくり課内）☎(36) 1322



「チャレンジ子ども料理」入賞作品決定！

家庭で調理にチャレンジし、食生活の基礎と実践力を身に付けさせることを目的に、夏休みに市立学校4～6年生を対象に料理作品を募集しました。本年度は応募 444 作品のうち 10 作品が入賞。どの作品もさまざまな調理方法や盛り付けで、魅力的に仕上がっていました。

宗像産の食材の中から、珍しい野菜や特徴のある食材を取り入れたり、歴史や防災と合わせて献立を考えてみたりと、工夫を凝らした新しいチャレンジが多く見られました。審査は「栄養バランス」「アイデア性」「地元食材の活用」「その他の工夫」の観点で行われ、自分なりの工夫が見られる魅力的な作品が選ばれました。

チャレンジ子ども料理 審査員特別賞

曾澤柑夏（かな）さん
（地島小 4 年）

- ▶ わかめご飯
- ▶ ナスのチーズ焼き
- ▶ 海サラダ
- ▶ たまご汁
- ▶ ブルーベリーヨーグルト

チャレンジ子ども料理 栄養士賞

宮本真帆（まほ）さん
（東郷小 5 年）

- ▶ えだまめごはん
- ▶ ミートおむれつ
- ▶ オクラコロコロサラダ
- ▶ じゃがいもとワカメのみそ汁
- ▶ 手づくりカスタードとスポンジケーキのトライフル



チャレンジ子ども料理 大賞

高田 遼（りょう）さん（赤間小 5 年）

- ▶ ご飯 ▶ しやけのホイル焼き
- ▶ わかめとオクラの茶碗蒸し ▶ はるさめサラダ
- ▶ しら玉きなこもち



大賞を受賞した高田さん
家族の分も作ったあとは、
みんなで楽しくいただきました

ワカメなどの地元食材の活用や、フードロスに対する工夫（使用した食材の残りは別のおかずにも活用するなど）が評価され、大賞に輝いた高田遼さんは「一生懸命に作った料理で、大賞がとれてうれしいです。これから、自信を持って料理を作っていきたいです」と喜びを語りました。

＊その他の入賞者は市HPに掲載

所得税の確定申告のお知らせ

☎香椎税務署 ☎092(661)1031
* 臨時申告会場について
＝税務課市民税係 ☎(36)7350



所得税の確定申告の 会場・日程と申告内容

所得税の確定申告は複数の会場で行われます。会場ごとに開設期間と申告可能な内容が異なります。また、事前予約が必要な会場もありますので注意してください。

電話での相談は「確定申告テレホンセンター」まで
☎092(661)1031(自動音声のあと【0】を選択)
1月19日(月)～3月16日(月)8:30～17:00
* 国税庁 ㊟(右記コード)で確定申告書様式入手可能



会場	入場手続き	申告する所得										申告する控除		
		給与	雑		配当	一時所得	事業		不動産	譲渡所得	分離課税で申告する所得	住宅借入金等特別控除	雑損控除	青色申告特別控除
			公的年金等	その他			営業等	農業						
① スマホ申告会場 (イオンモール福津2階・イオンホール) 2月3日(火)・2月4日(水) 10:00～15:00	入場整理券が必要	○	○	△ (注1)	△ (注2)	○	×	×	×	×	×	○	×	×
② 香椎税務署 (受付を早めに終了する場合あり) 2月16日(月)～3月16日(月)9:00～16:00 * 3月1日(日)は開設		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
③ 臨時申告会場 (市役所北館1階・103会議室) 2月16日(月)～3月10日(火) 9:00～16:00	予約必要	○	○	△ (注1)	△ (注2)	○	×	×	×	×	×	×	○	×
④ 臨時申告会場 (市役所北館1階・103会議室) 事業所得(営業等・農業)・不動産所得がある人 2月25日(水)、26日(木)、27日(金)9:00～16:00		○	○	△ (注1)	△ (注2)	○	○	○	○	×	×	×	○	×

(注1) 暗号資産は申告不可 (注2) 申告分離課税を選択する場合は申告不可

入場券の事前配布なし(当日配布)

① スマホ申告会場(イオンモール福津)
税務署がイオンモール福津で当日配布する入場整理券が必要。
* 受付終了時間は早まる場合あり
* 申告に必要な書類などは、国税庁 ㊟で確認を

入場券の事前配布あり(国税庁LINEアプリから)

② 香椎税務署
入場整理券が必要(入場整理券は税務署会場で当日配布か LINE アプリで事前発行)。* 駐車場は利用不可。公共交通機関の利用を
* 国税庁 LINE 公式アカウント【ID「@kokuzei」】の登録(友だち追加)を

①② ☎香椎税務署 ☎092(661)1031

事前予約が必要(インターネット・電話から)

③④ 臨時申告会場(市役所北館1階・103会議室)

予約方法

■ ネット予約

㊟右記コード

● 予約受付期間
1月19日(月)8:30～
3月10日(火)12:00

■ 電話予約

㊟税務課 ☎(36)7350

● 予約受付期間(土・日曜日、祝日除く)
2月2日(月)～3月10日(火)
8:30～17:00(最終日のみ 12:00 まで)
* 電話予約初日は混み合うためつながりにくい場合あり。
時間を空けてかけ直しを* 税務課窓口での予約不可

自分で作成した確定申告書を提出する赤い投函箱を設置しています。
* 予約不要
* 投函された確定申告書は税務署が回収
* 投函後の中身の取り出しや確認は不可

【申告に必要なもの】

▶ 収入・控除に関する書類
▶ 医療費控除の明細書 * 医療費控除を申告する場合、事前作成が必要
▶ マイナンバーが分かるもの(扶養親族も含む)
▶ 本人確認書類(マイナンバーカードか、マイナンバー通知カードと運転免許証や被保険者証など)
▶ 昨年の申告書の控え(該当者のみ)
▶ 利用者識別番号取得時に交付された書面または税務署から送付される同番号が記載された通知書(該当者のみ)
▶ ④は収支内訳書を作成し持参を(持参がない場合は申告不可、会場での作成も不可)

【注意事項】

● 税務署受付印の押印不可
● 自分で申告書を作成するパソコンコーナーの設置なし
● 予約した申告時間の10分前から入場可
● 来場者の申告状況などで時間が前後する可能性あり

よくある問い合わせ
～臨時申告会場編～
(北館1階・103会議室)

Q. 入院中の夫の申告を、妻(子)が代理でできる?
A. 申告に必要な書類がそろっていれば申告可能です * 委任状不要
Q. 自分で作成した申告書の内容をチェックしてほしい
A. 内容のチェックはできません。作成済みの申告書は、税務署が回収する投函箱へ入れてください
Q. 申告書などを書く場所はある?
A. ありません。医療費控除の明細書など事前に作成してください
Q. 昨年の分とあわせて2ヶ年分の申告をしたい
A. 予約時に▶ ネット＝予約画面で申告年数を選択 ▶ 電話＝「2ヶ年分の申告」と伝えてください

確定申告で医療費控除を受ける国民健康保険加入のみなさんへ

確定申告前に、必ず高額療養費の払い戻し手続きを

令和7年1～12月中の高額療養費の払い戻しを受ける場合、確定申告前に手続きをしてください。確定申告では、医療費控除を受ける金額から高額療養費の払い戻し金額を差し引いて申告をしなければなりません。確定申告後に高額療養費の払い戻しを受けた場合、確定申告の修正申告が必要になるので注意してください。

☎国保医療課 ☎(36)1363

【後期高齢者医療保険の医療費通知発送】2月中旬に、8～11月診療分の医療費通知を被保険者へ圧着ハガキで送付。* 令和7年12月分の医療費通知は7月発送のため、確定申告などで使用する場合は、領収書などで対応を ㊟▶ 県後期高齢者医療広域連合 ☎092(651)3111 ▶ 国保医療課 ☎(36)1348

市県民税申告のお知らせ

問 税務課市民税係 ☎(36)7350



市県民税申告は、郵送での提出か、各コミセン・市役所の投函箱(右表参照)で受け付けます。

令和8年1月1日現在、市内に住んでいる人で下記に該当する人は、3月16日(月)までに市県民税申告が必要です。市県民税や国民健康保険税を賦課する基礎資料となるほか、所得証明書の発行や介護保険料の算定、児童手当の受給など公的サービスの基礎資料として活用されます。

＊所得税の確定申告をする人は、市県民税申告の必要なし

●申告書の入手方法

窓口＝市役所、各コミセンで **1月15日(木)頃から配布**

郵送＝昨年、市県民税申告をした人(所得税の確定申告をした人は除く)と、申告書送付希望の連絡を市民税係にした人へ、申告書や提出用封筒を1月15日(木)頃発送

＊収入がない人や非課税所得のみの人は簡易的な手続きで申告可。申告書送付依頼時に連絡を

＊相談希望の人は、電話、窓口か、投函箱へ投函時に相談を

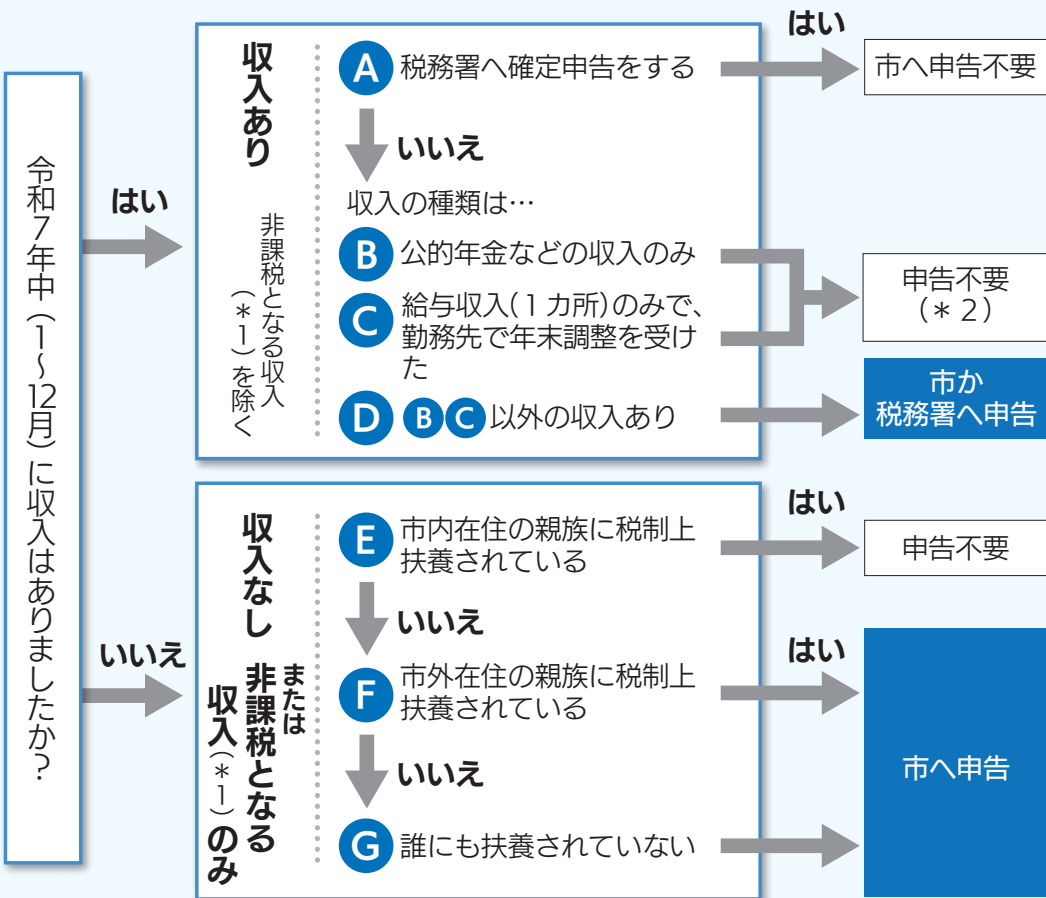
●申告書投函箱設置スケジュール

設置会場	日程	受付時間
自由ヶ丘コミセン	1月27日(火)	9:00～11:00
池野コミセン	1月27日(火)	14:00～16:00
赤間西コミセン	1月28日(水)	9:00～11:00
東郷コミセン	1月28日(水)	14:00～16:00
大島ふれ愛センター	1月29日(木)	10:30～15:00
吉武コミセン	1月30日(金)	9:00～11:00
河東コミセン	1月30日(金)	14:00～16:00
玄海コミセン	2月 3日(火)	9:00～11:00
日の里コミセン	2月 3日(火)	14:00～16:00
南郷コミセン	2月 4日(水)	9:00～11:00
岬コミセン	2月 4日(水)	14:00～16:00
赤間コミセン	2月 5日(木)	9:00～11:00
市役所	本館1階・M14番窓口(税務課市民税係窓口)	1月19日(月)～3月16日(月)
	北館1階・103会議室	2月16日(月)～3月10日(火)
		8:30～17:00 ＊土・日曜日、祝日を除く

＊上記設置会場(市役所を除く)が臨時閉館した場合、投函箱の設置は中止。事前に市税務課へ問い合わせを

市県民税申告が必要？(一般的な例)

申告は、令和8年1月1日現在に住民登録がある市区町村に提出します。



(＊1) 非課税となる収入…遺族年金、障害年金、失業等給付、児童手当など(収入なし、非課税となる収入のみの人は、簡易的な方法で申告可)
(＊2) 源泉徴収票に記載されていない控除(医療費控除など)を受ける場合、市か税務署へ申告必要

よくある問い合わせ ～申告編～

- Q. 土地や家を売ったらどうなる？
A. 譲渡所得になるため税務署で申告が必要です
- Q. 年金の源泉徴収票にある「源泉徴収税額」とは？
A. 年金から天引きされている所得税額です。控除を追加して確定申告すると還付の可能性があります
- Q. 私の申告に配偶者の収入を合計して申告できますか？
A. 収入は個人に帰属するものなので、合計して申告できません。個人別収入で申告要件に該当するかそれぞれ確認してください
- Q. 医療費控除を受ける場合、何の書類が必要？
A. 事前に医療費控除の明細書を作成し持参してください
- Q. ふるさと寄附はどうやって申告できますか？
A. ワンストップ特例制度の利用か、確定申告で申告ができます
＊ワンストップ特例の手続き後に確定申告をする場合、寄附金控除の記載もれがないよう注意を
- Q. 源泉徴収票を紛失しました。給与か年金の明細だけで申告できますか？
A. 明細だけでは申告できません
＊発行元へ源泉徴収票の再発行の手続きを

令和8年度分の市県民税からeLTAXで電子申告がスタート！

eLTAX から「マイナンバーカード」を利用して市県民税に関する申告ができます。申告会場に出向くことも、申告書の記載・印刷・郵送も不要です。スマートフォンやパソコンなどで、便利な eLTAX 個人住民税電子申告システムを利用してください。



いつまで申告できますか？



A. 市が案内する申告期限(3月16日(月))までです。ただし、システムは24時間・365日利用できますので、申告義務のない人でも随時申告できます。



電子申告した申告書は印刷できますか？



A. 申告完了時に申告書をPDF形式でダウンロードできます。必要に応じて印刷してください。



電子申請には何が必要ですか？



A. 以下のとおりです。
▶マイナンバーカード▶申告受付完了などの連絡を受信するメールアドレス▶源泉徴収票などの所得が確認できるもの▶保険料などの控除が確認できるもの



eLTAX の利用届出(利用者IDの取得)は必要ですか？



A. マイナンバーカードで認証するため不要です。

【償却資産(固定資産税)の申告は2月2日(月)まで／申告はお早めに！】

☎令和8年1月1日時点で市内に償却資産を所有している個人、法人 ☎2月2日(月)＊当日消印有効 問 税務課 ☎(36)7351





歩いて冬を元気に乗り切ろう

No.12

冬のむなかた健康づくり ウォーキングキャンペーン！



「ふくおか健康ポイントアプリ」を使ったウォーキングキャンペーンをリニューアルして開催します。賞品もさらに豪華にグレードアップ！たくさん歩いてポイントを貯め、豪華賞品に応募しましょう。誰でも気軽に挑戦できるウォーキング。家族や友達と一緒に楽しみながら、健康と豪華賞品の獲得を目指しましょう。

☎健康課 (36)1187

■ 冬のむなかた健康づくりウォーキングキャンペーン

「ふくおか健康ポイントアプリ」でポイントを貯めて、宗像市の特産品プレゼントに応募しよう！

- 応募期間＝1月5日(月)～2月20日(金)
 - 対象者＝健康アプリポイントが3,000ポイント以上貯まっている18歳以上の市民
 - 応募口数＝1人1口(3,000ポイント)
 - 応募方法＝下記参照
- ＊当選者の発表は賞品の発送をもってお知らせ

日々の運動や健康記録をつけたり、イベントに参加したり、アプリを開くだけでもポイントがどんどん貯まります！ポイント＋健康増進を目指してチャレンジしましょう♪

- ポイントの貯め方
- ▶ 歩く(1,000歩で5ポイント)
- ＊上限は1日50ポイント
- ▶ 健(検)診を受けて記録する(500ポイント／1回)
- ▶ 健康記録をつける(体重・血圧・食事バランスなど。各1～5ポイント／毎日)
- ▶ 県内での献血(500ポイント／1回)
- ▶ 各地区開催の歩こう会や健康イベントなどの参加、他

豪華景品はこちら！

合計80人にプレゼント

ほか

- 岬の活魚センター
- ▶ 宗像漁協セット 10,000円相当＝5人(天然ふく刺し、ふく・イカしゅうまい)
- むなかた地魚茶漬け祭り(4～5月開催予定)
- ▶ 食事券5,000円＝5人
- ▶ 食事券3,000円＝10人
- ▶ 食事券2,000円＝10人



むなかた地魚茶漬け祭り



宗像漁協セット

- 道の駅むなかた
- ▶ 商品券3,000円＝10人
- ▶ 特産品3,000円相当＝10人



道の駅むなかた特産品

- JA むなかた
- ▶ 特産品3,000円相当＝30人
- ＊宗像市ごみ袋(大)＝40人程度
- ＊各セット内容は生産・出荷の状況で事前の告知なく変更になる場合あり

JAむなかた特産品

＊画像はイメージ(商品変更の場合あり)

ふくおか健康ポイントアプリからの応募方法

- 1 アプリホーム画面の「キャンペーン応募」を選択→「冬のむなかた健康づくりウォーキングキャンペーン」を選択
 - 2 氏名など必要事項入力→全て入力したら「次へ」を選択
 - 3 個人情報の取り扱いについてを確認し同意にチェック→「応募」を選択
 - 4 「応募が完了しました」のメッセージを確認→応募完了
- ＊応募は1人1回まで(応募後のキャンセル・変更不可)＊応募時に使用したポイントは返還不可



▲アプリのダウンロードはこちら

接種の期限は3月31日(火)です

带状疱疹の定期接種と任意接種

本年度中の定期接種と任意接種の期限が近づいています。助成回数が2回の組換えワクチンの予約に気を付けましょう。



高齢者の带状疱疹定期接種



定期接種の期限は3月31日(火)までです。期限後に組換えワクチンの2回目を接種した場合、2回目は定期接種扱いとなりません。

- 令和7年度の対象者
- 過去に带状疱疹予防接種の助成を受けたことがない次の年齢の人
- ＊定期接種の対象者となるのは本年度限り

65歳になる人	昭和35年4月2日生～昭和36年4月1日生の人
70歳になる人	昭和30年4月2日生～昭和31年4月1日生の人
75歳になる人	昭和25年4月2日生～昭和26年4月1日生の人
80歳になる人	昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生の人
85歳になる人	昭和15年4月2日生～昭和16年4月1日生の人
90歳になる人	昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生の人
95歳になる人	昭和5年4月2日生～昭和6年4月1日生の人
100歳以上の人	大正15年4月1日以前に生まれた人

＊接種日当日に60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスの免疫の機能障がいがあり身体障害者手帳1級の人

＊接種時に身体障害者手帳の提示が必要

- 助成回数(費用)
- ①乾燥弱毒生水痘ワクチン(生ワクチン)＝1回
- 自己負担金4,000円(8,734円のうち4,734円を公費負担)
- ②乾燥組換え带状疱疹ワクチン(組換えワクチン)＝2回
- 自己負担金10,000円／回
- (21,934円のうち11,934円を公費負担)
- ＊2回目は2カ月以上の間隔を空ける
- ＊①②のいずれか(両方の選択不可)＊今回の自己負担金で接種できるのは生涯に一度限り＊接種時に費用免除の証明書提出で、接種費用の免除あり(後日持参での返金不可)



50歳以上の任意接種助成は本年度で終了



定期接種の開始に伴い、市で一部費用助成を行っている带状疱疹予防接種(任意接種)は、3月31日(火)で終了します。接種希望者は、期日までに接種してください。

50歳以上の任意接種助成は
令和8年3月31日(火)で
終了します



- 対象者＝接種日当日に市に住民登録がある50歳以上(定期接種対象者を除く)で、過去に同予防接種の助成を受けたことがない人＊接種費用の免除なし
- 助成回数(費用)
- ①乾燥弱毒生水痘ワクチン(生ワクチン)＝1回
- 予防接種費用から助成金4,000円を差し引いた額
- ②乾燥組換え带状疱疹ワクチン(組換えワクチン)＝2回
- 予防接種費用から1回につき助成金10,000円を差し引いた額
- ＊2回目は2カ月以上の間隔を空ける
- ＊①②のいずれか(両方の選択不可)＊接種費用は医療機関で異なる



- 実施期限＝3月31日(火)
- ＊休日を除く
- 医療機関に持参するもの
- ▶ 本人確認書類(マイナ保険証など氏名、生年月日、住所が確認できるもの)
- ☎医療機関へ電話予約
- ＊実施医療機関は市☎で確認を
- ☎健康課 (36)1187

組換えワクチンを選ぶ人は、
2回目の接種が3月31日(火)
までに完了するように、1月中に
早めの接種を行ってください



「認知症になっても私は私。変わらない。」本人が笑顔で自分らしくあり続けるために家族と地域が支える希望のストーリー

認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けるために



認知症になっても「私は私。」と前を向き、認知症と診断された後も「できること」を見つけ工夫を重ね、進行を和らげながら変わらぬ暮らしを続けている松下さんのその姿から、自分らしく生きるひけつを紹介します。

☎高齢者支援課 ☎(36)1285

「できること」に目を向け、 笑顔で自分らしくあり続ける

令和4(2022)年の認知症の高齢者数は全国で約443万人、軽度認知障害(MCI)の高齢者数も加えると約559万人と推計され、高齢者の約3.6人に1人が認知症か、その予備群という状況にあります。

認知症になると「何もできなくなる」のではありません。苦手や上手くいかないことは出てきますが「できること」も多くあります。認知症は時間とともに進行する病気ですが、MCI初期から「できること」に目を向け苦手なことがあれば補う工夫をして暮らしを続けることで、回復や進行の先延ばしが期待できます。

認知症は早期発見が大切 「あなたの気づきが不安を安心に 変えるチャンスです！」

76歳の時に初期の認知症と診断された市内在住の松下さん。車の運転中に同じ所を何度も回り、目的地にたどり着かないといったことが続き病院を受診したことがきっかけでした。



松下さん

松下さんは当時を「認知症が何かも分からなくてどうなるか不安だった」と振り返ります。しかし認知症は早期に発見することで適切な情報・サポートを受けることが可能になります。松下さんも、軽度の症状を放置せず、早急に病院を受診し地域包括支援センターに相談したことで自身も認知症を理解し、安心してその後の生活を考えることができました。

認知症になっても 変わらない生活が最高の治療薬！

松下さんは「人と話すことって大切よね。外に出て楽しくなる趣味やヒントを見つけると良いと思うよ。やっぱり友人の熊さんや、交流のある仲間の存在が力になっているからね。自分一人では成り立たない」と語ります。一人暮らしですが、仲間や隣人からの理解とサポートを得ながら自転車で外出し、卓球やカラオケ教室に参加して、日常生活を楽しむ重要性を実感しています。3年経つ今も変わらず自分らしい生活を送っています。

熊本在住の息子は「父は何も変わらない。好きなことを続けられていて安心していきます。父は父だから」と語り、認知症だからという理由で何もかも制限するのではなく、本人の意向を尊重し、連絡を取りながら見守っています。このように物理的な距離があっても家族は地域との交流を欠かさないこと、そして「できること」に目を向ける姿勢が本人の生活を支える力になります。

松下さんは自身の経験を生かし、物忘れに対する不安や生活での工夫を語り合える場「まっちゃんの部屋」を立ち上げ、友人の熊さんらと共にチームオレンジ(認知症サポーター)としても活動し、交流の輪を広げています。



まっちゃんの部屋で活動している
松下さん(右)と熊さん(左)

【本人・家族のみなさんへ】 認知症初期集中支援チームに相談を

市内には地域包括支援センターが6カ所あり、認知症サポートに関する情報が豊富にあります。そこには認知症初期集中支援チームを配置して、住み慣れた地域の良い環境で暮らしていくために、チームで認知症本人やその家族と関わり必要な医療・介護などにつなげる支援を行っています。不安を安心に変える「はじめの一歩」として、居住地区の地域包括支援センターへまずは相談してください。

各地区の 包括支援センター	所在地／電話番号
吉武・赤間・赤間西 地域包括支援センター	石丸1-6-7(赤間病院内) ☎32-2235
自由ヶ丘 地域包括支援センター	自由ヶ丘11-13-4 ☎(72)6707
河東 地域包括支援センター	稲元5-2-2(宗寿園内) ☎(33)2755
南郷・東郷 地域包括支援センター	田熊1-4-11 ☎(62)6514
日の里 包括支援センター	日の里2-28-2 ☎(62)5030
玄海・池野・岬・大島 地域包括支援センター	神湊118-2(ケアポート玄海内) ☎(36)9001

宗像市暮らしケアパスを手にとり、
この先のことを一緒に考えてみませんか？

MCI・認知症は生活を工夫したり、周囲の理解を得て適切な支援を受けたりすることで、自分らしく生活することが大切です。冊子では相談支援先、集い、活動の場、物忘れの段階に沿った暮らしについて紹介しています。



『暮らしケアパス認知症とともに生き、
ともに歩み、ともに支えあう』冊子配布中



国民健康保険加入のみなさんへ



交通事故・暴力行為によって 受診したときは届け出を

交通事故や暴力行為などが原因の医療費は、加害者が負担すべきものです。国民健康保険(国保)を使って病院を受診した場合の医療費は、一時的に国保が加害者に代わって立て替えて支払い、国保を使った人からの届け出に基づき、加害者に請求します。病院を受診した場合は速やかに届け出をしてください。

国保で本来支払う必要がない医療費を負担することは、将来的にみなさんの負担する国保税の増額につながる可能性もあります。みなさんの理解と協力をお願いします。

☎国保医療課 ☎(36)1363

【届け出が必要な場合】

- ▶他者が原因の交通事故(バイクや自転車が原因も含む)でけがをした
- ▶不当な暴力や傷害行為を受けてけがをした
- ▶他者所有の建物での設備の欠陥が原因でけがをした
- ▶落下物に当たってけがをした



▶飲食店での食事が原因で食中毒になった、ほか

*詳細は問い合わせを

【届け出のタイミング】

示談の前に国保医療課に相談してください。示談が成立すると、国保で負担した医療費を加害者に請求できなくなる場合があります。

【電話・文書調査に協力を】

医療機関からの診療報酬明細書などから交通事故や暴力行為などが疑われる場合は、電話や文書で確認をすることがあります。協力をお願いします。

はしご車試乗体験やアトラクション、式典を開催

令和8年宗像地区消防出初式



消防関係者が仕事始めとして行う新春恒例の出初式を、新しく開庁した福津消防署で開催します。消防隊員が音楽に合わせた放水演技(直上曲水)を披露します。子どもも楽しめるアトラクションやイベントを用意しています。



直上曲水

期 1月12日(月・祝) 10:00～12:00
所 福津消防署(福津市手光) * 駐車場は福津市中央公民館駐車場 ● 内容＝式典、はしご車試乗体験、消防ポンプ車の展示、他 * はしご車試乗体験は当日抽選
料 無料 **問** 危機管理課 ☎(36) 5050



福祉の仕事、のぞいてみませんか？

第2回 むなかた福祉就職フェア



市内の社会福祉法人(高齢、障がい者事業所)が合同で開催。福祉事業所への就職や、サービスの利用・施設入所に関することなど何でも相談できます。



気軽に相談できる会場

期 1月17日(土) 10:00～14:00
所 メイトム宗像・多目的ホール
● 内容＝就職相談、施設利用相談、施設で製造した食品販売、介護用品展示、他
対 ▶ 求職中の人 ▶ 福祉の仕事に関心がある人(経験・年齢問わず)
▶ 福祉サービスを利用したい人など
問 宗像市社会福祉法人連絡会事務局(宗像市社会福祉協議会)
☎(37) 1300 * 記事については介護保険課 ☎(36) 4877

寒冷時の水道管の凍結対策、漏水の早期発見・修繕に協力を

冬は水道管の凍結に注意を



凍結で水道管が破裂し漏水すると、利用者の水道料金が高額になり、多くの世帯で発生すると配水池の水量が不足し、断水を招きます。



凍結を防ぐ ▶ 露出した水道管や蛇口に、布や保温チューブなどを巻く ▶ 水道メーターボックスは、砂や布を入れたビニール袋などで保温する
凍結した場合 ▶ 凍結した水道管に布やタオルをかけて蛇口を開け、ぬるま湯を蛇口からゆっくりとかける
破損した場合 ▶ 指定給水装置工事店(事業者)に修理依頼を
* 工事店は宗像地区事務組合 **HP** で確認か問い合わせを
問 宗像地区水道管理センター ☎(62) 0975

災害時に地域で支え合うために

避難行動要支援者名簿の登録と個別避難計画を作成しましょう



近年の豪雨や大地震では、自力での避難が困難な人(避難行動要支援者)が犠牲になるケースが増加しています。東日本大震災では、全体の死者数のうち、65%が高齢者や障がい者でした。このような犠牲者を減らすためには、災害前の要支援者の把握と災害発生時の迅速な避難支援の体制をつくることが重要です。

登録方法

昨年12月中旬に、本年度75歳以上のみが暮らしている世帯などへ、名簿申請書と避難計画書を送付しています。登録希望者は案内を確認後、申請書と計画書に必要事項を記入して、同封の返信用封筒で郵送してください。

* 対象者に該当せず、案内文書が届かなかった人でも、自力での避難が難しい人(日中独居の人など)はだれでも名簿登録・計画書作成可

* 詳細は危機管理課 ☎(36) 5050 まで問い合わせを

すでに名簿登録している人で

下記のいずれかの場合は

危機管理課に必ず連絡を

①登録内容(電話番号、緊急連絡先、地域支援者など)が変更になった人

②登録後に福祉施設、病院などへ入所か入院している人

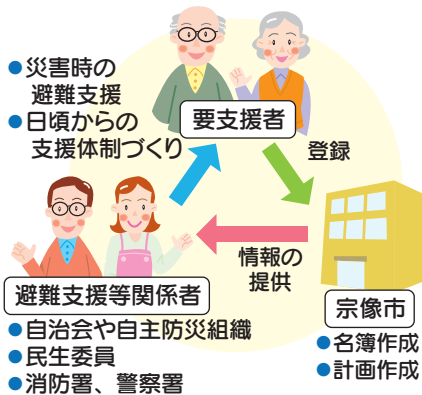
③家族との同居で避難支援が不要になった人

注意事項

▶ 登録は強制ではありません

▶ 名簿・計画は災害時の避難支援などの目的以外では使用しません

申請締切日 1月30日(金)



問 危機管理課 ☎(36) 5050

一緒に解決策を考えます

生活の困りごとの相談



「仕事が見つからない」「家計が苦しい」など、相談支援員が解決策と一緒に考え、他機関・他施策につなぎながら相談者の生活の安定・自立に向けた相談支援を行います。

相談したいときは来庁前に電話で予約をお願いします



相談者の声

失職して生活が困窮し、市の相談支援員へ相談した後、就労支援と家計改善支援を受けることになりました。就労支援では履歴書や面接のアドバイスを受けながら求人情報を提案してもらい、同時に家計改善支援で収入と支出を見える化し、必要な収入額を把握できました。複数の採用試験を受け、自分に合った仕事を見つけ、安定した生活ができるようになりました。

期 毎週月～金曜日 8:30～17:00 * 土・日曜日、祝日、年末年始を除く

所 生活支援課(市役所北館1階・N7窓口) **対** 市民

問 生活支援課 ☎(36) 9570

(広告)

福岡高齢者支援センター

いざという時に誰かを頼ることができない方をもう一人の家族として、日々の暮らしから生涯にわたってサポートします。

「もしものとき」に頼れる方はいますか？

入院・施設入居時の
身元保証人

お葬式・納骨
遺品の整理

4つの
もしも

緊急時の
駆け付け

ご逝去時の
死後事務手続

入院・手術
身元引受人

施設入居
入居身元保証

各契約関係
緊急連絡先

介護保険
サービス
保証人・代理人

生活
サポート
生活支援・介護予防

万が一の時の
葬儀・納骨代行



ご相談・お悩み・ご質問は
お電話でお気軽に
お問い合わせください。

0940-39-3882
【9:00～17:00/土日祝休】<https://fukuoka-senior.jp>

宗像市池浦41-10
(家族葬専門式場森の庵内)
福岡高齢者支援センター ゆい庵



検索

【1月10日は110番の日です】▶緊急時は、あわてず・あせらず 110番＝警察本部の通信指令課へつながります

▶相談ごとは宗像警察署 ☎(36) 0110 か #9110＝落とし物が届いてないか、運転免許証について聞きたい、パトロールをしてほしい、など



むなかた市民学習

ネットワーク

No. 500

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

令和8年
本年もよろしく
お願い申し上げます



書道 有志指導者 佐藤ひろ子
日本画 有志指導者 水谷 興志

応募要領

- 学習料は1人1回500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
- 不成立の場合のみ連絡します
- 申し込み締め切り後(1月16日)にキャンセルされても4回分の学習料(短期学級の場合は回数分)と教材費を頂きます

学級生募集

一日学級

①アイシングクッキー

有志指導者 森元 結子

場所 メイトム宗像
期日 ①2月5日(木)
②2月6日(金)

時間 午後1時〜同3時

教材費 1500円

持参品 エプロン・三角巾、ふきん3枚、筆記用具



前回の作品

②手作りパン

有志指導者 永島 裕紀修
場所 メイトム宗像
期日 2月14日(土)

時間 午前9時〜正午

バレンタインのチョコパン!

申込方法

1月15日(木)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

左記コードから申込可

《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

初心者歓迎

教材費 1200円
持参品 エプロン・三角巾、ふきん3枚、持ち帰り容器、筆記用具

追加募集

③硬式テニス(初級)

有志指導者 武石 久史
場所 宗像中央公園テニスコート

曜日 第1・2・3水曜日

時間 午前10時〜正午

教材費 ボール代(初回のみ1500円)

持参品 ラケット、ウェア、シューズ、帽子、水分



注意事項

- 直接、事務局での申し込みもできます。電話での申し込みはできません
- 連絡希望者は、往復ハガキで申し込んでください
- 応募者多数の場合は抽選になります
- 傷害保険は自己加入してください。子ども連れの参加はご遠慮ください
- 申し込み後、連絡がない場合は、記載の開級日に直接各学級へお越しください

40年勤続有志指導者

俳句 阿部 いく子



「むなかた市民学習ネットワーク」40周年おめでとうございます。ネットワークを通して皆さんのいい出会いを頂きました。

そして何より事務局の皆さんのご苦労にお礼申し上げます。新たな有志指導者の方々がこの事業をつないでくださることを願っております。

自然観察 福島 敏満



年に一度の「磯の生き物観察会」も40回。途中、参加者が少なく中止になった年もあったが、近年は定員を超える希望者がある。

「水辺教室」と並んで、私の一番大切なライフワークだ。体が動く限り宗像の美しい自然を子どもたちに伝えていきたい。



「有志指導者認定・更新講習会」が11月12日、15日に行われました

更新講習会では、永きにわたって活躍された有志指導者21人の表彰が行われました。認定講習会では新たに13人が認定されました。

40年表彰

- 金子 ようこ(かな書道)
- 阿部 いく子(俳句)
- 平田 進代(組み紐・着付け)
- 福島 敏満(自然観察)
- 山口 政文(卓球)
- 一樹 慧(ビデオ制作)

20年表彰

- 堀内 玲子(ペン習字)
- 高島 有美子(華道)
- 松井 益美(トールペイント)
- 江口 ちあき(中国語会話)
- 青木 寿美子(パッチワーク)
- 板橋 皓世(古文書を読む)
- 佐瀬 錦子(詩吟)

10年表彰

- 狭間 雅子(美術(イラスト))
- 木村 修身(バドミントン)
- 綱脇 千恵子(華道)
- 壹岐 隆道(バドミントン)
- 手嶋 雅子(家庭料理)
- 本宮 唯文(英会話(通訳))
- 橋本 やよい(手作りパン・お菓子)
- 中村 憲司(社会倫理(人間学))

★新有志指導者★

- 石川 順市(バルーンアート)
- 藤井 美恵(洋菓子・漬物作り)
- 柴田 洋子(結び編み工芸デザイン)
- 坂口 明美(あんフラワー作り)
- 松永 幸子(手芸一般)
- 伊東 奈緒(アロマテラピー)
- 桑野 妙子(華道(草月流))
- 最所 陽子(ヨガ)
- 津留 礼佳(ウクレレ・フラダンス)
- 鎌田 良三(太極拳)
- 花田 健司(健康マージャン)
- 上村 信広(わいわい文章塾)
- 花田 まゆみ(健康マージャン)

むなかた市民学習ネットワーク
第41回 学習発表会

3月14日(土)・15日(日)

宗像ユリックス・勤労者体育センター



秋晴れの中、多くの参拝者の目を楽しませていました。

11月に開催された西日本菊花大会(宗像大社)に「菊づくり」有志指導者・山下均さんと学級生が出品、農林水産大臣賞など各賞を受賞しました。

菊作り

有志指導者 山下 均

おめでとうございます
令和7年菊花大会受賞

地域に安全安心な環境を

☎ 地域教育連携室 ☎ (36) 1169

青少年の指導を通じて地域の安全を守る



青少年の「非行防止」「健全育成」を目的に、市内の各地域で活躍している「宗像市青少年指導員」。複雑・多様化する青少年の指導に加え、地域のために活動の幅が広がっています。

青少年指導員の今

柳瀬 幹雄 (やなせ・みきお) さん (日の里地区)

日の里地区で29年間指導員をしています。街頭パトロールを続けていると、機会は減っても子どもたちを指導することがあります。私たちのパトロールは何かあった時に行動するものではなく、常日頃から行動します。子どもたちが犯罪に遭わない・犯罪を起こさないように、そして地域のみなさんが安心できるように、みなさんから見てもらうパトロールを心がけています。



賀来 元彦 (か・もとひこ) さん
(福岡教育事務所・主任社会教育主事)

社会が変容しても、青少年育成で変えない方がよいことのひとつが、大人が青少年に関心を寄せることです。マザー・テレサ氏が「愛の反対は憎しみではない 無関心である」と説くように、これまで青少年指導員の方々の活動を通して、数多くの青少年が愛を感じ明るい未来へと踏み出したはずです。今後も青少年育成の充実に向け、指導員の方々の活動が推進されていくことを願っています。



野田 武治 (のだ・たけはる) さん (宗像警察署・生活安全課長)

日の里地区の青少年指導員は、街頭パトロールや非行防止カルタ大会の開催など、地域・行政・警察と連携を図りながら少年の健全育成活動をされています。このような地域の方々の活動が犯罪減少につながり、地域の安全・安心を支える大きな力となっています。

青少年指導員の活動

● 指導活動

青少年指導員の代表的な活動が「街頭パトロール」。以前は街角で見かける青少年の非行を防止する目的が大半でした。今では、不審者の発生を抑止するなど、地域住民のためにまちの安全を守る活動を行っています。



指導活動

● 地域のアドバイザー活動

青少年自身、保護者、地域と連携して青少年を支援し、守る活動です。保護者の悩み相談を受けることもあります。

● 環境浄化活動

子どもたちを悪書(有害図書)から守る目的で設置している「白ポスト」の回収を毎月行っています。また、巡回中に発見した危険箇所を地域で情報共有するなど、地域の環境を安全に保つための活動です。



環境浄化活動

● 情報の発信活動

減少傾向ですが、夜中に集まる子どもの情報や不審者情報など、学校や警察などと情報共有し連携する活動です。

青少年指導員の活躍は続く

街頭パトロール中に出会う人すべてにあいさつや声かけをするなど、地域で失われつつある日常的なコミュニケーションを大切にしています。今後もこの活動が地域にとって大切な役割を果たすため、青少年指導員として地域で活躍する人々が必要です。

* 青少年指導員の制度に関心がある人は地域教育連携室 ☎ (36) 1169 まで連絡を

報告

令和7年度 むなかた地域農業功労賞表彰



むなかた地域の農業振興と発展に貢献した農業者に対して、昨年11月12日、宗像市役所で表彰式を行いました。

● 市内の受賞者/受賞内容

▶ 山口義嗣さん(田野)/農業委員を通算17年間務めた(内、会長を3期9年・農事組合法人ゆがわ代表理事を設立から7年)



山口さん 樋口さん 清水さん

《追賞》▶ (故) 樋口芳明さん(池田) / いちご栽培の高い技術力で新規就農研修の指導農家を務めるなど担い手育成に尽力
《追賞》▶ (故) 清水正博さん(牟田尻) / 土地利用型農業と露地野菜生産を経営。農地の活用・保全で農産物の安定供給に尽力

☎ (一財) むなかた地域農業活性化機構 ☎ (36) 7883

「税」についての作文 優秀作品を表彰



国税庁、全国納税貯蓄組合連合会が毎年行っている作文コンクール。昨年11月17日の表彰式では、河野副市長が受賞者へ賞状と副賞を手渡しました。

● 受賞作品

【全国納税貯蓄組合連合会・中学生の「税についての作文」】

▶ 宗像市長賞=『身近にある税の支え』 / 平川瑞己(みずき)さん(河東中学校3年)

【国税庁・税に関する高校生の作文】

▶ 宗像市長賞=『私達の生活を支える税金』 / 田口心暖(ここあ)さん(東海大学附属福岡高等学校1年)



田口さん 河野副市長 平川さん

☎ 収入課 ☎ (36) 5392

(広告)

始めている人も、これからの方も!

NISA・iDeCo+αの資産づくり

やさしいお金のステップアップ講座

参加費 無料

友人同士・ご夫婦でも参加OK!

20代~60代の方オススメ!!

初心者OK!

今福岡で話題のわかりやすいお金の授業! 聞かなきゃ損の人気セミナー!!

お申込み方法・お問合せ

お申込み用QRコード、お電話いずれかでお申込みください。※応募者多数の際は抽選です。当選メールの送付をもって発表に代えさせていただきます。※本セミナー内では金融商品等の勧誘は一切ございません。※状況により開催中止の場合あり。※当セミナーに参加されたことのある方・銀行・証券会社・保険会社および保険代理店にお勤めの方とご家族、学生の参加はご遠慮ください。

NISA iDeCo インフレ対策

セミナー満足度 99%

スペシャルランチ付

会場 ぶどうの樹 2F ラ・パール 福津市西福岡4丁目10-10 P有(無料)

1/25日・31日

セミナー10:30~(受付10:00~)

老後資金は失敗できない!

- ☑ インフレ物価上昇に負けないお金の工夫
- ☑ 老後の不安をなくすために今、できること
- ☑ 年金と退職金を上手に活かすリタイアメントプランニング
- ☑ 医療・介護に備えるマネープラン
- ☑ ラストチャンス! 50代からの資産形成法

お申し込み 詳細はコチラ

マネ活LIFE事務局 TEL:092-586-9415

市スポーツサポートセンター事業

図文化スポーツ課 ☎(36)1540

弥生ウォーキングむなかた



■宗像の歴史、食、自然を楽しめるウォーキング大会

参加者の体力に応じてコースを設定できます。各チェックポイントとゴール後のおもてなしもお楽しみに。

期 3月8日(日)8:00 受付開始、9:00 スタート

(ゴール最終受付14:00) ●集合場所＝宗像コリックス・風の丘

●コース(全長約17km)＝宗像コリックス～海の道むなかた館～鎮国寺～いせきんぐ宗像～宗像コリックス

【チェックポイントの目安(折り返し地点)】

▶海の道むなかた館▶鎮国寺▶いせきんぐ宗像

＊ふくおか健康アプリ対応イベント 料 2,000 円(小学生以下無料)

●申込期間＝1月10日(土)～2月27日(金)

甲 電子申請(上記コード参照)



海の道むなかた館



鎮国寺



いせきんぐ宗像

■同日開催！モルック大会

話題のニュースポーツ「モルック」の大会が宗像コリックスで開催されます。家族や友人とチームを組んで参加しませんか。初心者でもレクチャーを受けて楽しく参加できます。＊主催：福岡県モルック協会

所 宗像コリックス・多目的広場

●大会概要▶受付開始＝9:15▶試合開始＝9:50▶終了時間＝13:00 対 初心者が1人以上入った2～4人のチーム

＊大会出場5回以下＊県内在住 定 最大50チーム(先着)

料 2,000 円／チーム 甲 電子申請(右記コード)



▲モルック電子申請

Mölkky (モルック)

木製の棒(モルック)で1～12の木製のピン(スキttl)を倒して50点満点を目指すフィンランド生まれのスポーツ。2027年には宗像で全国大会が開催されます。



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

お知らせ



マイナンバーカード
申請・交付・更新手続き
休日開庁



期 1月10日(土)9:00～12:00

所 市民課(本館1階・M1窓口)

＊当日、マイナンバーカード以外の手続きは受け付け不可

＊持参品・詳細は市 HP で確認を

問 市民課 ☎(36)1126

コンビニ交付サービス
休止日
(メンテナンスのため)



●休止日(終日)＝1月21日(水)

問 市民課 ☎(36)1126

令和8年度
会計年度任用職員募集
(1級・専門員)



4月1日(水)から任用開始する会計年度任用職員を募集。

＊事務補佐員や募集要項の詳細は市 HP で確認を

●文化財整理作業員、文化財調査作業員 問 世界遺産課 ☎(62)2600

●障害支援区分等認定審査調査員
問 福祉政策課 ☎(36)3135

パブリック・コメント
(市民意見提出手続)



第4次宗像市男女共同参画推進プラン

●内容＝「男女共同参画社会基本法」などに基つき策定するもの

期 1月20日(火)～2月19日(木)

＊各地区コミセン、各担当課窓口、市 HP など閲覧可

問 男女共同参画推進課 ☎(36)0048

市営住宅入居者募集



●募集团地＝荒開団地(深田)2戸

●家賃＝所得に応じて決定

●収入基準＝同居しようとする親族の収入を含め、諸控除後の月額所得が15万8,000円以下

(条件によっては月額所得が21万4,000円以下)

●入居要件＝次の全てに該当する人

▶住宅に困っている

▶市民か市に通勤している

▶同居しようとする3親等以内の親

族がいる(単身入居不可)

●申込期間

＝1月5日(月)～14日(水)

甲 申込用紙と官製ハガキ2枚を建築課(本館2階)か大島行政センターへ持参

＊申込用紙は、建築課、大島行政センターで入手か、市 HP からダウンロード可

＊大島地区の市営住宅は随時募集中 問 建築課 ☎(36)5203

特設人権相談

学校や職場でのいじめ・差別、家庭内のもめごとなど人権に関わる相談。

期 1月21日(水)10:00～15:00

＊受付は14:30まで

所 市役所本館1階・第1、第2相談室●相談担当＝市人権擁護委員

料 無料＊事前申込不要

問 人権対策課 ☎(36)1270

奨学金の返還を支援

奨学金返還の費用を
最長5年間補助



●金額(年間)

▶市外就職＝最大12万円

▶市内就職＝最大18万円

▶市内就職(保育士・介護職)

＝最大24万円

対 ▶令和6年4月1日以降、就職した市民か、転入をした人

▶申請日の年度末時点で満30歳以下の人

問 経営企画課 ☎(36)1284

確定申告
障害者控除対象者
認定申請



各種障害者手帳の交付がない65歳以上の人でも、所得税や市・県民税の「障害者控除」対象となる制度。

期 随時受付

＊該当者には障害者控除対象者認定書を交付。確定申告時などの障害者控除確認書類として使用可

対 要介護認定を受けている65歳以上で、寝たきりの状態か中度以上の認知症の人

甲 申請書類を介護保険課窓口へ持参か郵送

＊詳細は市 HP で確認を

問 介護保険課介護認定係

☎(36)5186 F (36)2410

(広告)

家族で送る低価格のお葬式 15.5万～
(税抜)
税込 ¥170,500～

浄楽苑 宗像斎場内の式場を使用

まごころ込めたお見送りを安心価格で

ホームページ



〈本社〉北九州市小倉北区長浜町12-6

心あたたまる お見送り 365日24時間通話無料 いつでもご連絡ください。

0800-600-8700

事前相談
受付中

もしもの時も…



公式 LINE

友だち
2万人突破!

知りたい情報が
選べる! 届く!

イベント

防災

2次元コード 「友だち」追加は

←こちらから!

子育て



ID 検索

@muna2020

ごみ出し

■問い合わせ先 宗像市秘書政策課 ☎0940-36-1055



* 申込方法応募事項は11ページで確認を

乳幼児の保護者がその予定の父母、祖父母 **無料**(5カ月～未就学児) * 2月10日(火)までに事前申込必要 **1月8日(木)10:00から**

①～⑤共通事項

所メイトム宗像 **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 10:00～16:00

宗像市子育て支援センター「ふらこっこ」Instagram

子どもプレーパーク
参加無料

自然の中で自由に活動できる冒険遊び場。誰でも参加できます。
期毎週木曜日と第2・3・4土曜日、第4日曜日
●時間＝土・日曜日10:00～16:00、木曜日10:30～13:30
所子どもプレーパーク(メイトム宗像・本館横)
問子ども育成課☎(36)1214

子育てサロン

保護者の情報交換と、遊びを通した子ども同士の交流の場。市内には、地域の有志が運営する子育てサロンが18カ所あります。自分に合ったサロンを見つけて遊びに行きませんか。
問子ども育成課☎(36)1214

おはなし会
～赤ちゃんから子どもまで～
参加無料

赤ちゃんのおはなし会
期1月9・16・23日
10:30～10:50 * いずれも金曜日
対0歳の子どもと親、妊婦
所えほんのへや(メイトム宗像内)
小さい子のおはなし会
期1月9・16・23日11:00～(30分以内) * いずれも金曜日
対未就学児と親 **所**えほんのへや
おはなし会
絵本の読み聞かせやパネルシアター、他(30分以内)。
▶ **期**1月10日(土)14:30～
所えほんのへや
▶ **期**1月24日(土)11:00～
所深田分館
共通事項
問市民図書館☎(37)1321

栄養なんでも相談室
参加無料

離乳食作りの紹介と実演。管理栄養士の個別相談。
期1月28日(水)、2月25日(水)
①相談＝9:30～11:30
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
対0～4歳の子どもと保護者、妊婦(市民のみ)
問子ども家庭センター
子ども保健係☎(36)1365

たまご学級
～安心して出産を迎えるための講座～ 参加無料

講座に参加して、妊娠期間を快適に過ごしましょう。
期▶1月16日(金)＝1コース
「出産のお話・交流会」
▶1月30日(金)＝2コース
「安産体操と産後のからだについて」
▶2月1日(日)＝オプションコース
「赤ちゃんの救急教室」
●時間▶1・2コース＝
13:30～15:00(受付13:15～)
▶オプションコース＝
13:50～16:00(受付13:30～)
所メイトム宗像
問子ども家庭センター
子ども保健係☎(36)1365

市公式LINE・市でも、子育てに役立つ情報を発信しています。



スポーツ

市スポーツサポートセンター
運動入門教室
親子リズム体操

子どもの発育・発達に必要な運動の紹介、健康測定や健康講話を実施。
期1月25日(日)10:00～11:00
所市民体育館・多目的室 AB **対**3～6歳の子どもとその保護者 **定**先着10組(市民優先) **料**無料 * サポートセンター事業「親子でプール遊び教室」体験券付き **申**電子申請
問文化スポーツ課☎(36)1540

全世代型スポーツ体験教室
むなかたっ子熱くなれシリーズ

小・中学生と保護者世代向けのスポーツの楽しさを知る教室。
体操教室
期1月25日(日)①13:00～14:00
②14:30～15:30 **所**リバティ体操クラブ場(徳重2-8-30)
●講師＝リバティ体操クラブ
対小学生①3、4年生②5、6年生
料無料 **申**電子申請
問文化スポーツ課☎(36)1540

市スポーツサポートセンター
体成分分析機(Inbody®)を使った体力測定会

体成分、柔軟性、バランス、敏しょう性、握力の5項目を測定。
期1月21日(水)
11:00～12:00
所市民体育館・多目的室 AB
定先着15人
対健康に関心のある人(市民優先) **料**無料
▶1月20日(火)
問文化スポーツ課☎(36)1540



講座・イベント

生ごみ堆肥化でゴミ減量
ダンボールコンポスト講座

フォロー講座
期1月23日(金)
10:00～11:00
所赤間コミセン
▶各開催日の7日前
*本年度から申込方法が変更
申▶電子申請▶ハガキ(①氏名②ふりがな③住所④電話番号⑤希望講座を明記して〒811-0201/福岡市東区三苫4丁目4-27/NPO法人循環生活研究所あて) **問**同研究所
☎092(405)5217 * 記事については環境課☎(36)9092

宗像まごころ市開催

期1月20日(火)11:30～13:30
所市役所本館1階・ロビー ●内容＝市内障がい福祉サービス事業所で生産された食品や工芸品の販売会
問福祉政策課☎(36)3135

カノコリ種まき講習会
受講者募集

期2月2日(月)
10:30～11:30
(受付は10:00～)
所メイトム宗像
・202会議室 **定**先着50人
料無料 * 種まき作業なし
* 種の配布あり ▶1月29日(木)
申環境課☎(36)1421



男女共同参画
推進センター「ゆい」
2月の講座

①心のモヤモヤを気ままに話そう！日常生活にあるジェンダーバイアス
期2月13日(金)10:00～12:00
●内容＝性別に関する思い込みや決めつけへのモヤモヤを話し合う
●講師＝黒瀬まり子さん(臨床心理士) **対**市民 **定**先着15人 **料**無料
②女性DIY教室
はじめてのタイル貼り！～自分だけのカフェトレ～
期2月19日(木)9:00～12:00
●内容＝タイルの貼り方、補修方法を学んでカフェトレ作りに挑戦(初心者向け) ●講師＝吉田明博さん(一級建築士・DIYアドバイザー)
対女性市民 **定**抽選で12人
料材料費1,500円 * 締め切り後のキャンセルは材料費必要
▶2月5日(木)



縦17cm×横32cm(木枠含む)

共通事項
所メイトム宗像 **料**無料(開催日時時点で5カ月～未就学児) * 2月5日(木)までに事前申込必要
* 詳細は市で確認を
問男女共同参画推進センター「ゆい」☎(36)0250

花き園芸と工芸雑貨の店
「higoro」(ひごろ)
催事コーナー

期1月6日(火)～12日(月・祝)
所道の駅むなかた東館・「higoro」
●内容＝成人式のお祝いに最適な花束や組子のアクセサリーの販売
問higoro☎(72)1204



(広告)

介護付有料老人ホーム ネオステージ博多

福岡市指定 介護保険特定施設
全国有料老人ホーム協会正会員



■入居時前払金■
※返還金制度有り

750,000円 毎月

施設賃料:66,000円
管理費:69,000円
食費:57,000円



【施設概要】●所在地:福岡市博多区千代5丁目15番1号●居住の権利形態:利用権方式●利用料の支払い方式:一部前払・一部月払●介護保険:福岡市指定介護保険特定施設(一般型特定施設)●介護居室区分:全室個室●介護にかかわる職員体制:3:1以上●構造・規模:鉄筋コンクリート造陸屋根6階建●総戸数:62戸●専有面積:18.5㎡(9戸)・19.1㎡(51戸)・19.7㎡(2戸)●土地建物:賃貸●入居条件:原則として65歳以上で公的介護保険制度において要支援・要介護の認定を受けられている方●入居金:750,000円(全室一律・返還金制度あり)●月額利用料:施設賃料・66,000円(非課税)・管理費・69,000円(非課税)・食費・57,000円(税込)介護保険の自己負担(1割～3割)、個室部分の電気代、外部業者に出したクリーニング代、医療機関への送迎等は月額利用料には含まれておりません。



お問い合わせ

☎092-631-1100

株式会社ファースト・ステップ
福岡市博多区千代5-15-1

詳細パンフレットご郵送致します
http://neo-stage.co.jp ネオステージ博多 検索

広告有効期限
2026年2月末日

【豊かな人権感覚を培おう！】市立学校の児童・生徒が作成した令和6年度の人権標語を毎号紹介します(12～14ページ)。問人権対策課☎(36)1270

「ごめんね」が いえたらみんな なかよしだ(布澤達心・自由ヶ丘南小3年)

あなたには 家族がいるから だいじょうぶ(安井日々・玄海小3年)

情報ステーション

お知らせ



都市計画案の縦覧



福岡広域都市計画下水道の変更(市決定)

- 概要＝田熊雨水ポンプ場の追加を行うもの
- 縦覧期間＝1月8日(木)～22日(木)＊土・日曜日、祝日を除く 8:30～17:00
- 意見提出締切日＝1月22日(木)必着＊住民と利害関係人は意見書の提出が可能
- 縦覧場所＝都市計画課(本館2階)＊詳細は市HPで確認を
- ☎都市計画課 ☎(36)1484

審議会等委員募集

歴史的風致維持向上計画
推進協議会委員



- 内容＝計画の変更・実施に係る連絡調整など 1月30日(金)必着
- ☎都市計画課 ☎(36)1484

税負担の公平性を図るため
自動車及び動産公売を実施



- 差し押さえた滞納者の財産を売却し得たお金を滞納市税に充てます。
- 自動車公売車名＝トヨタノア▶車検／令和8年9月▶初度登録年月／平成19年9月▶走行距離／24万km以上▶見積価格／20万円
- ＊他の物件はオークションサイトで確認を(上記コードから確認可)
- 公売場所＝KSI官公庁オークション
- 参加申込期間＝1月8日(木)13:00～26日(月)23:00
- 入札期間＝2月2日(月)13:00～4日(水)23:00
- ＊完納などで公売が中止になる場合あり＊入札参加は同オークション会員登録必要
- ☎収納課 ☎(36)5392

20歳になる人へ
国民年金のお知らせを送付



20歳になって約2週間以内に、日本年金機構から国民年金第1号被保険者に加入したことの「お知らせ」「納付書」「基礎年金番号通知書」が届きます。＊支払いが困難な場合、免除・学生の納付特例を受けられる場

合あり☎▶東福岡年金事務所国民年金課☎092(651)7967
▶市民課国民年金係☎(36)1128

「宗像ビジネス
くりえいとカップ」
ビジネスコンテスト出場者募集



世界遺産のあるまち“宗像”で「地域の魅力」をテーマにしたビジネスコンテストを開催。
期 3月8日(日) 市内で創業を希望する人、新規事業を挑戦する人
＊募集枠は一般枠、学生枠、外国人枠
＊詳細は市HPで確認を
1月31日(土) 電子申請
産業政策課 ☎(36)0037

健康・衛生



令和7年度
こころの健康づくり
講演会



身近な人や自分自身のこころを守る方法を学ぶ講演会。ゲートキーパー養成講座も兼ねています。



期 2月10日(火) 高橋さん 14:00～16:00(受付13:30～)
所 メイトム宗像・多目的ホール
●テーマ＝大切な人と自分自身のこころを守るために●講師＝高橋清美さん(日本赤十字九州国際看護大学教授) 市民か市内に通学・通勤している人 80人 料無料
5月 無料(5カ月～未就学児)＊託児申込締切は1月30日(金)
1月 2月5日(木)
電子申請▶健康課 ☎(36)1187
健康課 ☎(前述)

2月の献血



サンリブくりえいと宗像

期 2月19日(木) 10:30～12:30
13:30～16:00
自由ヶ丘コミセン
期 2月24日(火)▶10:00～12:30
13:30～15:30
トリアーダ宗像
期 2月26日(木)▶10:00～12:00
13:00～16:00
健康課 ☎(36)1187



子ども・教育



市民講演会「子どもたちが自分らしく自信を持って生きていくために」



期 2月8日(日)14:00～16:00
＊オンライン(ZOOM)で実施
●内容＝指示の入りにくさを有する子どもの発達と支援の在り方を考える●講師＝喜屋武睦さん(福岡教育大学特別支援教育研究ユニット講師) 定 先着250人 料無料(通信料は参加者負担) 1月30日(金)17:00 必着 電子申請
子ども支援課 ☎(36)9098

令和8年度
学童保育所入所児童募集



- 開所時間▶月～金曜日は放課後～18:30▶土曜日、春・夏・冬休みなどの学校休業日は8:00～18:30
- 所 各小学校の敷地内(大島、地島除く) 仕事・介護・病気などの理由で保護者が家庭にいない児童 料 月額7,000円＊延長保育＝▶300円／日▶3,000円／月＊保険料など別途必要＊減額制度あり
- 申込期間＝1月7日(水)～2月12日(木)
- 申 申請書類を各学童保育所へ持参＊詳細は市HPで確認を
- ☎▶吉武小学童保育所(吉武コミセン) ☎(32)5904▶赤間小学童保育所(赤間コミセン) ☎(39)7051▶その他の学童保育所＝☎(72)4971▶子ども育成課 ☎(36)1214

むなかた子ども大学
特設講座参加者募集



Global Camp コース

期 2月10日(火)17:00～11日(水・祝)17:00＊1泊2日
所 県立少年自然の家「玄海の家」
●内容＝国内外の大学生らと地域の魅力を学ぶワークショップやフィールドワークを通じて交流 定 20人
対 中学3年～高校3年生
料 3,000円(食費) 電子申請
地域教育連携室 ☎(36)1169



外国の大学生たちと交流！

Risus Munakata !
(リースムナカタ)
中・高生の居場所づくり



卓球、ネイルチップ、漫画本、手芸キット、ボードゲームなどで自由な時間を過ごしませんか。
期 毎月第2・4日曜日10:00～17:00 所 発達支援センター(メイトム宗像・別館) 市内在住の中学生と高校生 料 無料
子ども育成課 ☎(36)1214

赤ちゃん・子育て



子育て支援センター
「ふらこっこ」
参加無料



- ①交流室(事前申込不要)
期 月～金曜日、第2土曜日
1 10:00～12:30 2 12:30～15:30
＊1 2 いずれかのみ利用可＊1月1日(木・祝)～3日(土)、12日(月・祝)＝休み＊1月14日(水)＝午後休み
対 乳幼児と保護者＊混雑状況によって人数制限あり
【次の日時は年齢制限があります】
▶ベビータイム
期 1月14日(水)10:00～12:00
対 6カ月までの子どもと保護者
▶ベビーデイ 期 1月15日(木)
＊交流室利用時間 1 2 いずれかのみ利用可
対 11カ月までの子どもと保護者
- ②初めての子育て 赤ちゃんくらぶ～桑野嘉津子先生(発達心理学専門家)を囲んで～
期 1月24日(土)10:30～12:00
対 第1子で0歳の子どもと保護者
申 1月7日(水)10:00から
- ③満1歳のお誕生会&食育ミニ講座
期 1月28日(水)10:15～11:45
対 1月に1歳になる子どもと保護者
申 1月5日(月)10:00から
- ④ふらこっこひろば～小さい子の室内あそび～
期 2月3日(火)10:00～11:30
対 10カ月～1歳6カ月までの子どもと保護者
申 1月6日(火)10:00から
- ⑤にこにこ子育て講座「子どもの自我とうまくつきあうために～桑野嘉津子先生(発達心理学専門家)を迎えて～」
期 2月17日(火)10:00～11:30

(広告)

- 行政書士による無料相談会 -

- ・自由ヶ丘コミセン:1/11(日)、25(日)、2/8(日)、22(日)9:00～12:00
- ・玄海コミセン :1/11(日)13:00～17:00、2/1(日)9:00～12:00

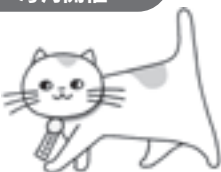
遺言作成、相続手続、各種許認可、法人設立、
農地転用、その他なんでもご相談下さい。

※ お時間の都合がつかない場合も
御連絡くだされば柔軟に対応させていただきます。

予約不要、先着順
毎月開催

TEL 0940-33-7799
携帯 090-9796-4184
〒811-4163 宗像市自由ヶ丘9-5-2

行政書士
梅崎 元



弁護士法人奔流 法律事務所宗像オフィス

◇初回相談(予約制・1時間)無料◇ 相談予約 ☎0940(34)1110

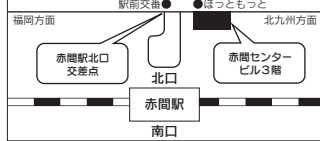
当事務所では、男女2名の弁護士が、一般民事、家事(相続・離婚等)、交通事故、医療事故、建築紛争、労働、行政、刑事弁護、犯罪被害、成年後見、遺言、債務整理、過払金回収、その他、あらゆる法律問題に対応いたします。

宗像市赤間駅前1丁目4番7号
赤間センタービル3階(JR赤間駅北口)

所属弁護士 小出真実・陣内隆太(福岡県弁護士会所属)

(受付時間・平日9時～17時半)

※ホームページの相談予約フォームからも予約いただけます。



- ～土曜相談日(相続・遺言)のご案内(いずれも10時～16時迄の各1時間枠)～
- 1月17日
- ※相続・遺言以外の相談も可能です。 ※各相談日の前日17時半までにご予約下さい。
- ◆年末年始の休業のお知らせ◆
- ホームページにて年末年始の休業日をご案内しています。

弁護士法人奔流ホームページ→



ともだちが こまったときは たすけ合おう(児島悠惺・地島小3年)
ありがとう きみとぼくが ともだちで(荒井春輝・自由ヶ丘南小3年)

友だちと なかよく遊ぶ 昼休み(佐藤聖隼・大島学園3年)
言葉はね 言ってしまうと もどらない(水谷日向美・自由ヶ丘小3年)

職業訓練講習 受講者募集

【パソコン「生成 AI(Chat GTP 他)」体験講座】
期 3月8日(日)①9:30～12:00
②13:30～16:00
所 福岡地区職業訓練協会(福岡市東区) ●内容＝生成 AI の種類や利用方法について体験しながら理解を深める講座
定 各回先着 20 人 料 4,000 円
●申込開始日時＝1月5日(月)9:00
＊受講料など詳細は福岡地区職業訓練協会 HP で確認を
申 岡同協会 ☎092(671)6831

竹林整備ボランティア
1月の体験会 参加者募集

期 1月19日(月)8:30～12:00
＊雨天中止
所 宗像ユリックス隣の竹林
●集合＝宗像ユリックス P4 駐車場
●内容＝竹の育成管理や、伐採・運搬・粉碎・集積などの作業体験
●持参品＝作業着、軍手、運動靴、水筒 料 無料＊詳細は「宗像里山の会」HP <https://munasato.com> で確認を
＊申込不要
岡 宗像里山の会(事務局)
☎080(8160)7038

年末年始の自己搬入は大変込み合うので注意を



ごみ休み

西側資源物受入施設(ゆ～ゆ～プール横)は年末年始に大変混雑します。北側と市役所の資源物受入施設の利用に協力を。

【燃やすごみ】

▶ 1月1日(木・祝)～4日(日)
＊年末は休みなし
＊大島地区を除く

【北側・西側・宗像市役所 資源物受入施設】

▶ 12月29日(月)～1月3日(土)

【宗像清掃工場(自己搬入)】

▶ 12月28日(日)～1月4日(日)
＊年末年始は大変混雑するため早めの利用を

【し尿収集休み】

▶ 12月28日(日)～1月3日(土)

【粗大ごみ】

▶ 12月27日(土)～1月5日(月)

＊不燃物埋立処理場は1月4日(日)まで休み
＊年末年始は予約が増えるため早めに申し込みを

▶ 粗大ごみ専用

☎(36)9092

▶ 電子申請(右記コード)

■多量にごみが出た時の処分

ごみは宗像清掃工場に自己搬入して処分できますが、多量に出て処分に困った時は、市の収集運搬許可業者に収集・処分を依頼できます。

＊事前に見積もりを

■収集・処分を行う収集運搬許可業者

▶ 三孝産業(有) ☎(33)3847

▶ (有) 神郡清掃サービス

☎(33)7111

▶ 玄海クリーン(有)

☎(62)2944

岡 環境課 ☎(36)1421



としょかんへ行こう

No.16

広告掲載することで雑誌コーナーが充実！
宗像市民図書館雑誌スポンサー募集



雑誌スポンサーとは、図書館で購読している雑誌の購入代金を負担することで、雑誌の最新号のカバーを広告媒体として使用できる制度です。年間約27万人が来館する市民図書館で、スポンサーになって広告を出してみませんか。

●掲載期間

令和8年4月～令和9年3月

期 2月28日(土)＊詳細は上記コードで確認を

岡 図書課 ☎(34)2263



広告掲載のイメージ

男女共同参画 メッセージ

No.17

仕事と子育ての両立への一歩に！



全国的に共働き・共育で夫婦が増える中、仕事と子育てをどう両立していくかがポイントです。特に妊娠・産後・育児期は家事・育児の協力体制にモヤモヤしがち。理由の一つに「夫婦で対話する機会の不足」があります。

【パパ＆ママのための「夫婦会議の始め方講座」】

新しい一年、夫婦で「これから」を話し合ってみませんか？市では「夫婦の協力体制づくり」を応援するため、夫婦の対話メソッド『夫婦会議 ⑧』を学ぶ講座を開催。産前・産後のリアルを踏まえた役割分担や対話のコツを学び、より良い未来へのきっかけをつかみませんか。＊『夫婦会議』ツール「世帯経営ノート」プレゼントあり(抽選)

期 1月31日(土)10:00～12:00

所 メイトム宗像・202 会議室

対 育児期の保護者、子育てに関心のある人で、市民か市に通勤する人

定 60 人(1 人から参加可) 料 無料

記 無料(5 カ月～未就学児／定員 20 人程度)

期 1月21日(水) 申 電子申請＊詳細は市 HP で確認を



2月には、結婚・出産・育児などでの離職や非正規で働く女性を対象に「キャリアデザイン＆AIデザイン体験講座」を開催。起業・再就職・在宅ワークへの転換など、新たな一歩を踏み出すきっかけとして活用してください。



岡 男女共同参画推進課 ☎(36)0048

No.15

転ばぬ先の杖



脱毛エステの倒産トラブル



全身脱毛のコースを30万円で契約した。数回通ったところでエステ会社が倒産した。代金は契約時に一括で支払った。返金してもらえないのか(20代女性)



脱毛エステは長期間で高額な契約となる場合が多く、施術代金を前払いしているケースが見られます。事業者が倒産した場合、すでに支払った代金の返金を求めるのは困難です。

▶ 前払いの高額契約は慎重に行う。脱毛エステの契約をする時は、都度払いを選択することも考える

▶ クーリング・オフや中途解約の条件について、契約前に必ず契約書を確認して保管する

▶ 代金を信販会社などを介して支払っていて、契約期間中であり未施術のときは、未施術分の返済が免除になる場合あり

＊信販会社に相談を

岡 消費生活センター ☎(33)5454

(広告)

解体工事・産廃リサイクル・不動産仲介売買

建物解体

相談・見積
無料



eデザイン株式会社

宗像市東郷三丁目6番2号 ☎0940-36-5187

リサイクルセンター

宗像市石丸148番2
☎0940-35-3522

土ファクトリー

宗像市池田1586
☎0940-36-5187

HPやお問合せは
こちらです



無料相談会(遺言・相続を中心に)

1/9(金)・1/23(金)・2/13(金)・2/27(金)

宗像ユリックス 受付 13時～16時
相談は 17 時まで

2階OA室にて無料相談を実施

困ったことは
何でも
ご相談下さい。

月と太陽行政書士事務所 行政書士 伊藤弘幸

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
てます。

その言葉 凶器になるよ 気をつけて(山本歩実・中央中7年)
皆ある 幸せになる その権利(大田真桜・城山中7年)

このクラス 笑顔でいっぱい 楽しいな(山田葵・玄海小3年)
おめでとうって言うと 友達もハッピーで うれしいな(馬場日葵・玄海東小3年)

伝言板

詳細は各問い合わせ先へ

シルバー人材センター会員募集

【2月の入会説明会日程】

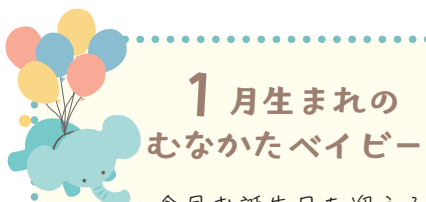
期 所 ▶ 4日(水)・18日(水) / 東郷コミセン ▶ 5日(木)・19日(木) / 河東コミセン ▶ 25日(水) / 同人材センター *いずれも 13:30 ~ 14:00
対 おおむね 60 歳以上の市民 * 詳細は同人材センター **HP** で確認を
問 シルバー人材センター
☎ (33) 1151

宗寿園2月のイベント情報

期 ▶ 舞踊 = 16日(月)・23日(月・祝)
▶ 体操 = 毎週水曜日 ▶ 囲碁大会 = 13日(金) **問** 宗寿園 **☎** (33) 2761

日伊文化交流作品展 2026

期 1月17日(土) ~ 2月5日(木)
所 海の道むなかた館
● 内容 = イタリアの小学校と自由ヶ丘中学校の絵画を展示 **問** 福岡教育大学・松久研究室 **☎** (35) 1444



1 月生まれの むなかたベビー

今月お誕生日を迎える宗像の子どもたち。すくすく元気に育ってね。



ニコラウたは
1歳
ロマンそらと
2歳



みなと
湊翔ちゃん
1歳



わたなべ
渡邊陸己ちゃん
1歳



わき
和心ちゃん
2歳



いわの
彩色
3歳



【掲載募集】令和8年7月の掲載分を募集します。**☎** 抽選で6人(初回優先)
対 掲載時3歳まで **☎** 毎月20日
問 秘書政策課お誕生日担当
☎ (36) 1292 申し込みはこちら

* 氏名は、原文のまま掲載しています

宗像地域の花をプレゼント！ フラワーバレンタインイベント

各直売所で切り花含む 1,500 円以上を購入した人へフラワーアレンジメントをプレゼント。
* 抽選で各直売所 5 人
● イベント期間 = 2 月 1 日(日) ~ 14 日(土)
所 ▶ 道の駅むなかた / higo ▶ かのこの里 ▶ ほたるの里 ▶ あんずの里市 ▶ ふれあい広場ふくま
● プレゼント応募期間 = 2 月 1 日(日) ~ 8 日(日)
問 各直売所に設置の申込用紙を応募箱へ投函 * 当選者の花の受け取りなど詳細は各直売所で確認を
問 宗像地区直販施設連絡協議会事務局 **☎** (43) 8833

新しい仲間と楽しく活動しませんか ガールスカウト会員募集

期 第1・3日曜日(午前中)
所 主に市内
● 内容 = 野外活動、仲間との協力などを通して「生きる力」を育む
対 小学校就学前1年から(女性)
問 **問** ガールスカウト福岡県第28団(岡田) **☎** 090(2852) 4082
* 申込は同団 **HP** も可

北欧教育の子ども食堂 「子ども寺子屋カフェ」

【演劇とダンスワーク】
期 1月11日(日) 10:00 ~ 13:00
所 KT ハウス(田久)
● 講師 = 西雅子さん、他(劇団さんぽ) * 学習時間あり、昼食付き
対 小学生 **定** 先着 10 人
☎ 1月8日(木)

【参加型子ども食堂
「家族ダイニング・さんさん」】
期 1月25日(日) 10:30 ~ 14:30
所 メイトム宗像調理実習室
対 子どもと保護者(子どものみの参加も可) **定** 先着 10 人
☎ 1月19日(月)
【共通事項】 **料** 無料 **問** 岡子子ども寺子屋カフェを運営する会(清水)
▶ **☎** 070(1374) 8968
▶ **✉** mann@asahi.email.ne.jp

日本赤十字九州国際看護大学 図書館利用制限

期 1月1日(木・祝) ~ 2月28日(土)
* 看護師国家試験準備期間のため学内関係者のみ利用可
問 同大学図書館 **☎** (35) 7002

高齢者・障がい者支援のための 無料法律相談会

期 1月13日(火) 9:00 ~ 12:00
* 成年後見手続き、家族・親族後見、遺言作成、相続など
所 メイトム宗像 **対** 市民
問 宗像地区成年後見研究会(中村) **☎** 070(4060) 2568

「緑の教室」受講生募集

期 4月 ~ 12月の原則、第3か第4日曜日 * 全8回(5月除く)
① 9:30 ~ 12:00 ② 13:30 ~ 16:00
③ 動画受講
所 福岡県緑化センター(久留米市)
対 全8回に出席できる県民
定 ① ~ ③各50人 **料** 無料
● 申込期間 = 2月13日(金) ~ 3月19日(木) * 詳細は同センター **HP** で確認を **問** 同センター管理事務所
☎ 0943(72) 1193

「不登校を考える かたつむりの会」 茶話会

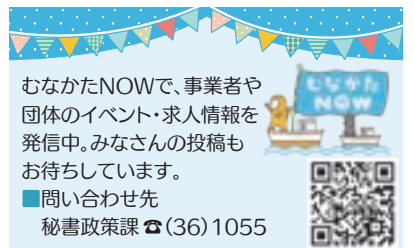
期 1月20日(火) 10:00 ~ 12:00
所 メイトム宗像 **対** 不登校や行き渋りの子どもの保護者
料 無料 * 事前申込不要
問 同会(黒木) **☎** 090(1515) 1267

司法書士による 全国一斉生活保護相談会

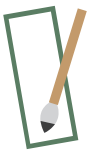
期 1月25日(日) 10:00 ~ 18:00
● 専用番号(当日のみ) = **☎** 0120(052) 088 **料** 無料 * 秘密厳守
問 福岡県青年司法書士協議会
☎ 0942(23) 6077

ポリテクセンター福岡・飯塚訓練 受講生(令和8年3月入所生)募集

【福岡】CADものづくりサポート科、電気設備技術科、建築システムCAD科 **☎** 2月6日(金)
問 ポリテクセンター福岡
☎ 093(641) 6909
【飯塚】ものづくり溶接科 **☎** 2月5日(木) **問** ポリテクセンター飯塚
☎ 0948(22) 4988
【共通事項】 **対** ハローワークに求職申込をしている人
料 無料(別途、教科書代など必要)
* 見学・説明会など詳細は各校へ問い合わせを



さくひん



令和8年5月号掲載分の「俳句」「川柳」「短歌」の各作品を募集します。ハガキに①住所②氏名③年齢④電話番号を必ず明記して、〒811-3492 / 住所不要 / 宗像市広報政策係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(全季雑詠はハガキに3句以内)
▼ 川柳は自由吟(雑詠)でハガキに5句以内
▼ 短歌はハガキに3首以内
☎ 2月24日(火)
問 秘書政策課広報政策係
☎ (36) 1055

俳句

選者…梯寛

富有柿手にずつしりと主張せり
(今林快波・自由ヶ丘)
林檎食む母にふたつの帰る家
(藤原輝子・東郷)
夫と息子のセーターを着て仕事かな
(上野柳子・自由ヶ丘)
早寝するどうせえんなき除夜の鐘
(尚稚庵拙州・玄海)
箒目の美しき神苑銀杏落つ
(松本司・赤間西)

川柳

選者…吉田ゆたか

口だけは昔のままとほめられた
(田中幸子・自由ヶ丘)
フクロウの昼も働く生活苦
(独活乃枯朴・玄海)
道の駅地産地消の志
(泉勝明・池野)
持てるだけ持って帰れと晩白柚
(坂本カオリ・南郷)
どつしりと妻が運転火の車
(花田隆・東郷)

短歌

選者…大西晶子

真夏日に窓から見える白い雲
見下ろす青田に風吹きわたる
(桑野豊弘・赤間西)
細くなり黒ずんだ手を見ていると
遠い昔の母の手だった
(田中幸子・自由ヶ丘)
正月は凧を作って裏山に
上って揚げる麦踏みながら
(佐藤守・大島)
一枚の写真があるよセピア色
父母姉兄 自分はいない
(前川茂男・赤間西)
子育てはそれぞれ適時考える
親子はちがうあそびそれぞれ
(早川祥三・玄海)

* さくひんは、原文のまま掲載しています

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。
▶ 市広報紙 = 1 号広告 20,000 円から ▶ ホームページ = 1 カ月 15,000 円 **問** 秘書政策課広報政策係 **☎** 0940(36) 1055



広告申し込みは
←こちらから



あなたの声を聞かせてください 閤地域公共交通政策室 ☎(36)9777

宗像版公共ライドシェア「むなりんく」アンケート実施



地域の公共交通をより便利で持続可能なものにするため、「自由ヶ丘地区」「河東地区」「南郷地区」「玄海地区」「池野・岬地区」で「宗像版公共ライドシェア(愛称:むなりんく)」の実証運行を行っています。

今回、むなりんくのサービスをより充実させ利便性向上を図るため、アンケートを実施します。市民のみなさんのむなりんくに対する意見を聞かせてください。

むなりんくアンケート

期 1月5日(月)～2月28日(土)

- 回答方法 ▶電子申請(右記コード) ▶アンケート用紙

アンケート
フォーム▶

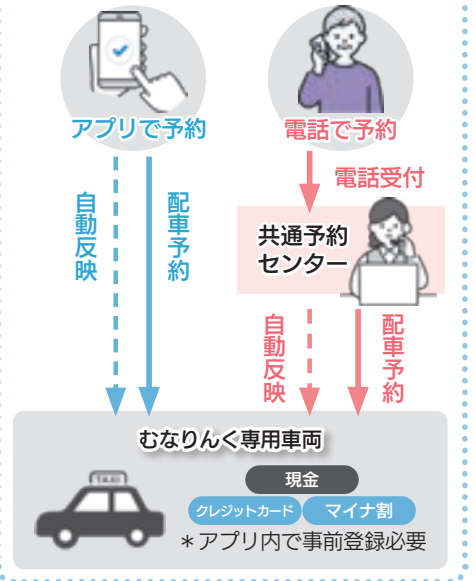


*実施地区のコミセンやむなりんく専用車両で配布

むなりんく利用方法

- ①アプリか、共通予約センター☎(72)6711 で配車依頼をする
 - ②配車された車両に乗車する
 - ③目的地で降車する
- *アプリのインストール方法や詳細は市HPで確認を

予約方法



むなかた地魚茶漬け祭り

今だけ!ここだけ! 寒ぶり茶漬け



季節ごとの旬の魚を郷土料理の茶漬けで楽しむ人気の「むなかた地魚茶漬け祭り」。

冬の主演は「寒ぶり」。背中までびっしりとサシが入り、脂がのってうまみもたっぷりなのが特長です。各店舗の料理人がだしやタレ、調理方法にこだわって提供します。絶品の茶漬けをご賞味ください。

期 1月15日(木)～2月28日(土)

●参加店舗

=市内を中心とした17店舗

閤むなかた地魚茶漬け祭り実行委員会事務局 ☎(62)3811(むなたびラボ内)



冬が旬で脂がのった
「寒ぶり」が
主役!



宗像の魅力をたっぷり放送

ふるさとWish



地域の魅力をKBCのテレビとラジオで毎日、たっぷりと放送する「ふるさとWish」が今年も宗像市にやって来ます。今回は「ずっと住み続けたいまち」をテーマに宗像市のグルメや元気で活気ある人々を紹介する1週間です。ぜひ見てください。

期 放送期間=1月26日(月)～30日(金)

▶KBC テレビ「アサデス。KBC」「ぎゅっと」「Wish+」など

▶KBC ラジオ「アサデス。ラジオ」「PAO-N」など

閤秘書政策課 ☎(36)1055



県小児救急医療電話相談

◆平日=19:00～翌朝7:00 ◆土曜日=12:00～翌朝7:00 ◆日・祝日=7:00～翌朝7:00

●短縮=#8000 ●ダイヤル回線・IP電話・インターネット電話=☎092(731)4119

県救急医療電話相談・医療機関案内

◆24時間受付・年中無休

●短縮=#7119

*つながらない場合=☎092(471)0099



休日小児科・内科

宗像地区急患センター(田熊) ☎(36)1199

◆平日=19:30～翌朝6:00(受付は5:30まで)

◆土曜日=18:00～翌朝9:00

◆日・祝日=9:00～翌朝6:00(受付は5:30まで)

*ただし、翌日が休日の場合、翌朝9:00まで

休日外科当番医(9:00～17:00)

最新情報は宗像医師会HPで確認を▶



1月

18日(日) 蜂須賀病院(南郷) ☎(36)3636

25日(日) 中島外科医院(福津市) ☎(52)1300

2月

1日(日) 葉山クリニック(赤間) ☎(39)3050

8日(日) ひさだ脳神経外科(赤間西) ☎(62)5233

11日(水・祝) 宗像乳腺外科(福津市) ☎(62)5705

15日(日) さきむら整形外科(河東) ☎(39)7041
リハビリクリニック

無料相談

約40の相談先の
一覧はこちら▶



◆①なんでも相談・行政相談 ☎(36)2237

◆②生活の困りごとの相談 ☎(36)9570

仕事が見つからない、働けない、家計が苦しいなど、生活の困りごと相談。

◆①②共通事項

期市役所期月～金曜日
8:30～17:00

◆心配ごと相談
日常生活の心配ごとを法律に詳しい相談員が対応。

期期▶市役所=1月8・22日、2月5日

▶自由ヶ丘コミセン=1月15日*いずれも木曜日10:00～15:00

閤社会福祉協議会

☎(37)1300

◆補聴器相談

期市役所本館1階・相談室
期1月9日(金)・27日(火)、
2月13日(金)・24日(火)

*いずれも10:00～12:00
閤福祉政策課 ☎(36)3135

水 緊急連絡先

*私有地内工事有料
宗像管工事協同組合 ☎(37)0435

24時間
受付

(広告)

介護付き有料老人ホーム 九電ケアタウン

入居者募集中・見学受付中/

0120-290-873 福津市花見が丘3-28-2

むなかたタウンプレス

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

編集:▶秘書政策課広報政策係 ☎0940(36)1055 FAX0940(37)1242

▶特定非営利活動法人グロウ

印刷:株式会社 西日本新聞プロダクツ

分別収集
(雑誌・雑紙)に
協力してください



【人のうごき】

(令和7年11月末日現在)

▶人口 96,750(男性 46,371、女性 50,379) ▶世帯 45,830

(令和7年11月中の異動数)

▶転入 305 ▶転出 231 ▶出生 38 ▶死亡 88

