

いいところ むなかた!

誰もが生き生きと 活躍する場を つくりたい

「もし、親や身近な人が認知症になったらどうしよう…自分もいつかはなるのかな」そんな不安を抱いたことはありませんか。「認知症」とは、さまざまな脳の病気が原因で、記憶力や判断力などの認知機能が低下し、生活に影響がある状態をいいます。令和7(2025)年には、65歳以上の約5人に1人が認知症になると予測されています(厚生労働省推計)。

市では、認知症になっても尊厳を保ちながら希望をもって暮らすことができるよう、認知症当事者と家族、介護関係者や地域のみなさんと一緒に「誰もが生き生きと活躍するまちづくり」を進めています。これまで、認知症への理解を深めるための啓発や認知症の人や家族を支える認知症サポーターの育成、情報交換の場であるオレンジカフェを開催してきました。

平成30年からは、認知症の本人同士が集い、語り合い、活躍する場「本人ミーティング」がスタートしています。また、令和5年7月にチームオレンジサポーターを立ち上げ、より本人支援に取り組む体制づくりを行っています。(詳細は2ページ)

☎高齢者支援課 ☎(36)1285

◀日の里学園8年生が寄贈したベンチに腰かけ、心を通わせ談笑する本人ミーティング参加者。話したいことを話せる場、そこには温かい共感があります。施設名の「ぼんて」はイタリア語で「橋」。

■世界アルツハイマー月間

9月は、世界中で認知症への理解促進を目指す「世界アルツハイマー月間」です。認知症を自分ごととして、知る、語る機会にしてみませんか。

主な内容

- 3 転ばぬ先の杖
- 4 秋はスポーツで健康づくり
- 5 子ども大学メインキャンパス
- 10 こころの健康づくり講演会

- ◆他団体情報紙◆
- ⑧スポ協だより
中心 コリックスサラダ(8ページ)
- ⑨市民学習ネットワーク



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





誰に遮られることもなく、話したいことが話せて会話が弾みます

昨年11月に、厚生労働省が任命する認知症本人の「希望大使」で、本人ミーティングを広げた丹野智文(たの・ともみ)さんを講師に招き、認知症本人交流会を開催。参加者の「また集まりたい、いろいろなことの話をしてほしい」という声から「花さく会」が始まりました。認知症の人もそうでない人も一緒に楽しい時間を過ごし、それぞれが好きなこと、得意なこと、やりたいことを通して新たな仲間づくりができる居場所。毎回ゆるくおしゃべりの花が咲いています。

期 毎月第2木曜日
午後1時30分～午後3時30分
所 ぼんて(日)の里地域包括支援センター(横)

おしゃべりの花が咲く

花さく会



ともに生きともに歩み ともに支え合う 地域の仲間

この街で笑顔で生きる

認知症本人も誰かに支えられる人ではなく、誰かを支える人として楽しく生き生きと活躍しています

認知症になっても、また認知症の心配があっても、今までと変わらない住み慣れた場所で、今までと変わらない仲間たちと過ごしたいと思う人は多いでしょう。認知症の本人が集まり、互いの体験や希望、必要としていることを語り合い、これからも希望を持って暮らせるよう交流する場「本人ミーティング」の輪が広がっています。家族や地域の人の参加も大歓迎です。気軽に参加してください(事前申込不要)。

今回は、4カ所の「本人ミーティング」と本人支援に取り組む「チームオレンジサポーター」を紹介します。

問▼宗像市社会福祉協議会(37)1300

▼高齢者支援課(36)1285



●和田圭子(わだ・けいこ)さん
(日)の里地域包括支援センター所長、認知症地域支援推進員



花さく会を立ち上げ、会の開催をリードしています。「介護認定され

ても介護サービスにつながらない」「介護の必要性を本人が理解できない」「新しい環境に飛び込むことが怖い」そんな人でも安心して過ごせる場所、集いの場があれば、その人らしくいられます。誰でも新しい所に参加するのは不安なので、顔なじみの関係者が声をかけたり、参加者を迎えるに行ったり、「〇〇さんも待っていますよ」と電話で伝えたりと、参加者が安心できるよう工夫をしています。



●吉田博司(よしだ・ひろし)さん(86歳)
当日は受け付けやお茶配りを担当しています。人生の目標はカツ

「いい光輝高齢者(後期高齢者)になること。今までの辛いことも全て受け入れて、自分は太陽のように光を注ぐ人になりたい。その思いで認知症の人に傾聴するよう努めています。」

●三浦光子(みうら・みつこ)さん(96歳)
花さく会には毎回楽しく参加しています。吉田さんは朗らかな人で、よく話を聞いてくれます。花さく会では和やかな雰囲気になればと私が作詞した曲も流しています。ちょっとした困りごとを話すと、花さく会のみなさんや地域の人があつて助けてくださって本当に感謝です。

囲碁の会

「花さく会」参加者の「別の日にも集まりたい」との声から、囲碁の会が発足。対局前には初対面同士だった人も、囲碁を通して笑顔が見られます。対局せずに観覧する人もいます。「この手があなど、一体感が生まれます。参加者は「十数年間パソコン相手に対局していたが、久しぶりに人と対局できた」「言葉が交わさなくても、熱い思いが伝わる」と笑顔。付き添いの家族もそつと見守り、「本人のこんな生き生きとした姿を久しぶりに見られてうれしいです」と笑顔。参加者が囲碁を通じ、仲間になり支え合っている場です。

期 毎月第1水曜日/午後1時30分～午後3時30分 所 ぼんて



真剣勝負のあとの語り

まっちゃん部屋

おしゃべりだけじゃなくて、同じ物忘れが気になる者同士なら分かり合え、同じ認知症本人だからこそ勇気づけられるような場がほしいという思いから開催しています。「話をしたい、話を聞いてみたい」という人は誰でも参加大歓迎。物忘れがあってもなくても大丈夫。話す気持ちがある前向きになる「まっちゃん部屋」は仲間を絶賛募集中です。

期 不定期 所 赤間西「ミゼン」



●松下與二郎(まつした・よじろう)さん(76歳)
自分は認知症の診断を受けたが、生活は何も変わりません。

日々小さな失敗はたくさんあるけれど、周りの人や趣味の卓球サークル、カラオケ仲間がいろいろと助けてくれる。認知症かもと悩んでいる人や診断を受けた仲間と出会いたい。いろいろな生活の工夫を

チームオレンジサポーター

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らすための活動をサポートします。



認知症サポーターの証 オレンジリング(腕輪)

認知症サポーター養成講座、ステップアップ講座を昨年度までに受講した人のうち「認知症をもっと知りたい」「認知症の人と共に支え合う地域づくりを考えたい」という11人で、令和5年7月に「チームオレンジサポーター」を立ち上げました。

7月6日の初回ミーティングでは、本人の気持ちをとらえてどう支援するかなどサポーターとしての役割を確認し、活動に向けて決意を固めました。今後は、さらに認知症への理解を深め、本人ミーティングへの参加や本人支援に取り組む予定です。

*チームオレンジサポーターに関心のある人は、宗像市社会福祉協議会(37)1300まで問い合わせを



チームオレンジサポーターのみなさんとコーディネーターの松永さん(下段左)

おしゃべりひろば
それでいい!!

話したい。活動内容はみんなで話し合っていて決めています。家で一人でしたら気持ちが沈んでしまいます。まずは話をしてみよう。



自ら免許を返納し、電動自転車に乗り換えたまっちゃんこと松下さん





転ばぬ先の杖

悪徳商法や詐欺にひっかからないために

消費生活の困りごととは相談してください

No.3

岡宗像市消費生活センター ☎(33)5454



令和4年度 消費生活センター相談内容

- 相談総額 3億3,026万円
●救済金額 5,227万円
●相談件数 1,091件

【相談の概要】

令和4年度に消費生活センターに寄せられた相談件数は1,091件でした。

▶「商品一般」(158件)

実在する会社や国税庁をかたってメールを送り、IDやパスワード、クレジットカード情報などを盗み取り不正利用するフィッシング詐欺の相談は65件でした。

▶「化粧品」「健康食品」(110件)

定期購入の記載をよく確認せず契約してしまったといった相談が多く、「初回注文後規定された期間内に解約の連絡をしたが電話がつかない」「定期購入を解約するために高額な事務手数料が必要」といった相談もありました。

▶「工事・建築」(47件)

点検商法の相談が目立ちました。訪問販売で契約したがクーリング・オフしたいといった相談や、家族に相談せず高額な契約をした高齢者の家族からの相談もありました。

▶「エステ」(14件)

20～30歳代からの相談が多く、契約中のエステの予約が取れず、中途解約しようと連絡をしたが倒産したようで電話がつかない、といったものでした。

【相談の多かった事例 Q&A】

フィッシング詐欺メールトラブル

Q「お客様不在のため荷物を持ち帰りました」とメールが届き、URLが添付されていたので、アクセスしてしまった。(70代・男性)

A 添付のURLにアクセスすると、偽サイト(HP)が表示され、指示通りに入力すると、アカウント情報(ID、パスワードなど)が盗まれてしまいます。アクセスせずに無視しましょう。もし偽サイトで情報を入力した場合は、公式サイトでパスワードを変更しましょう。

賃貸の原状回復トラブル

Q 賃貸住宅を退去するのだが、請求されている退去費用が高額だ。請求されている通りに支払わなければいけないのか。(30代・男性)

A 修理費用の請求を受けた時は明細書をもらい、内容を確認して支払いましょう。経年の自然損耗などは貸主負担ですが、借主の不注意などで壁紙を汚したり、破ったりした場合は借主の負担です。契約時に賃貸契約書の退去費用について必ず確認してください。

訪問販売(新聞の契約トラブル)

Q「来月から新聞が入ります」と新聞販売店の人が来た。覚えがないと言うと2年前に契約をしていると契約書を見せられた。2紙重なるので解約したい。(80代・男性)

A 訪問販売の契約書を受け取り日から8日以内はクーリング・オフができます。期間を過ぎると自己都合での解約はできません。配達開始時期が先になる先付け契約や購読期間が長期にわたる契約は避けた方が無難です。

年代階層別相談件数

Table with 5 columns: 年代, 総件数, 1位(件数), 2位(件数), 3位(件数). Rows include age groups like 20歳未満, 20～39歳, etc.

* 団体からの相談などで年代が不明なものが42件あり
* 商品一般=商品が特定できない相談内容(フィッシング詐欺メールや不審な電話など)

くらしの知恵増講座 知恵を増やしてあなたも賢い消費者に!

【最後まで自分らしく生きるための終活】

終活はモノや資産を整理することだけでなく、ライフスタイルを見つめ直しこの先の人生を爽やかに過ごすための活動です。終活は何から始めればいいのか分からないという人へ、終活の大事なポイントを伝えます。



講師の吉武さん

期 10月31日(火)10:00～11:30

所 市役所北館1階・103会議室

●講師=吉武ゆかりさん(一般財団法人ウェルネスサポート Lab) 定 先着50人 料 無料

期 10月25日(水)17:00

期 ▶ ☎(33)5454 ▶ F (33)5469 (①講座名<くらしの知恵増講座>②住所③氏名・ふりがな④年齢⑤電話番号を明記)

なるほど! 知っ得講座

【無料スマホ教室】

期 9月26日(火)10:00～11:30

所 宗像市消費生活センター(赤間駅前)

●内容=持参のスマートフォン・携帯電話を使い、基本的な操作や防犯サポートを学ぶ

●講師=西島幸宏さん、大橋直人さん((株)大濠企画通信事業部「スマホドクター」)

定 先着16人 料 無料

期 9月20日(水)

* 詳細は同センターHPで確認を

期 同センター ☎(33)5454



消費生活に関する困りごとがある時は 早めに消費生活センター

☎(33)5454へ連絡を!

購入や契約時は条件を必ず確認しましょう。クーリング・オフ制度など詳細は、同センターに問い合わせてください。

訪問介護の現場で生活支援の担い手になりませんか

岡 高齢者支援課地域包括ケア推進係 ☎(36)1285

生活支援ヘルパー養成研修受講生募集



福岡県介護福祉士会が実施する「生活支援ヘルパー養成研修」です。生活支援ヘルパーの資格を取得して、市内事業所で働いてみませんか。

期 10月31日～12月5日の毎週 火曜日10:00～16:30(予定)

* 全科目(6日間)受講後、「生活支援ヘルパー」の資格を取得

* 資格取得を証明する修了証は全科目受講者のみ交付

* 補講なし

所 メイトム宗像

対 市内に在住・在勤・在学する16

歳以上で、研修の全日程を受講でき、「生活支援ヘルパー」として就労を希望する人

料 無料 定 20人程度

期 10月17日(火)17:00

期 ▶ 電子申請(右記コード)

▶ 高齢者支援課 地域包括ケア推進係

☎(36)1285

* 生活支援ヘルパーは、利用者に代わって洗濯や掃除など日常生活の支援を行います(体に触れる支援は行えません)



昨年の研修を受講し、市内の訪問介護事業所で働く大瀬良恵子(おおせら・けいこ)さんに話を聞きました



大瀬良さん(右から2番目)と先輩ヘルパーのみなさん

「誰かの役に立ちたい」という思いで、研修に参加しました。研修で知り合った仲間とは今も情報交換をしています。現在2人の方を担当し、お掃除などを行っています。先輩のみなさんも丁寧に教えてくださり、また利用者の方にも感謝されることがうれしく、やりがいを感じています。これからも勉強の日々ですが、仕事が楽しいです。

秋はスポーツで健康づくり

運動を日常生活に取り入れるきっかけづくりを応援！
 文化スポーツ課 ☎(36)1540

日頃のウォーキングの成果を発揮してみませんか

第2回 1113ウォーキング宗像大会



宗像の海岸や田園、世界遺産を巡り、自然と歴史、文化、風趣(ふうしゆ)に富む景色を楽しめるウォーキング大会です。

期 11月12日(日) ●集合場所=田熊石畑遺跡歴史公園(いせきんぐ宗像) 料 1,000円(高校生以下は無料) 11月1日(水)

申 ▶電子申請▶市スポーツサポートセンター ☎(72)1112

*コースの詳細や申込方法は、同センターHPで確認を

ロングコース (約30km)

対 中学生以上

* 8:00 スタート予定

【世界遺産宗像大社・西日本菊花大会と宗像の海・里満喫チャレンジコース】

スタート▶ 田熊石畑遺跡歴史公園(いせきんぐ宗像)→増福院山田地蔵尊→鐘崎織幡神社、同境内のイヌマキ天然林(県天然記念物)→玄海国定公園・さつき松原→道の駅むなかた→神湊渡船ターミナル→海の道むなかた館→宗像大社辺津宮・神宝館・高宮・西日本菊花大会→田熊石畑遺跡歴史公園(いせきんぐ宗像) ▶ゴール

ショートコース (約10km)

対 誰でも参加可

* 10:00 スタート予定

【世界遺産宗像大社・西日本菊花大会コース】

スタート▶ 田熊石畑遺跡歴史公園(いせきんぐ宗像)→世界遺産宗像大社辺津宮・神宝館・高宮・西日本菊花大会→海の道むなかた館→田熊石畑遺跡歴史公園(いせきんぐ宗像) ▶ゴール



総合型地域スポーツクラブ「南の郷クラブ」

自分に合うスポーツ・運動で
体づくりや健康づくりを応援！



市内外から多くの方が健康づくりや生きがいつくりの場として活用する南の郷クラブでは、会員を随時募集しています。

定期教室

期 各教室で異なる

所 南郷コミセン

料 2,000～3,000円

* 2教室目は1,000円

* 無料体験、見学あり

■ 大人(高校生以上)対象

▶ 太極拳 ▶ 卓球(2教室)

▶ 健康教室 ▶ バウンドテニス ▶ ヨガ(2教室)

■ 小・中学生対象

▶ ストリートダンス

▶ ジュニアソフトテニス

▶ ジュニアバドミントン

▶ バウンドテニス

申 同クラブ事務局(南郷コミセン内)

▶ ☎(36)3465 ▶ ✉ minaminosato2012@gmail.com

老若男女、大人から子どもまでスポーツ・運動・交流を楽しんでもらえるよう南郷コミュニティが機会と場所を提供しています。ぜひ見学に来てください！

釜瀬博志さん
(南郷コミュニティ会長、南の郷クラブ委員長)



ストリートダンス



ヨガ



パワースポットや歴史ある場所、秋の風景を眺めて歩こう 第8回南郷ぐるっと健やかウォーク



南の郷クラブでは、季節ごとにイベントを開催中。抽選会や完歩後の豚汁・おにぎり・漬物もお楽しみに。

期 11月19日(日)9:00～

● 集合場所=南郷コミセン・運動広場

対 小学4年生以上で、自力で完歩できる人*小学生は保護者同伴

● 10kmコース=南郷コミセン→光岡八幡宮→太閤橋→宗生寺・馬頭観音→野坂神社→唐津街道→南郷コミセン

定 先着100人 料 高校生以上1,500円、中学生1,000円、小学



昨年のスタートの様子

生500円 10月28日(土)

申 ▶ ハガキ(〒811-3423 / 野坂2119-5 / 南郷コミセン)

▶ ☎・F (36)3465(同クラブ事務局(南郷コミセン内))

* ①住所②氏名・ふりがな③年齢④携帯番号を明記

同クラブ事務局 ☎(前述)

宗像の文化・歴史とアートが融合した
現代アートのイベント



宗像みあれ芸術祭

宗像の歴史・文化を背景に、「宗像の魅力、再発見」「子どもたちに開かれた美術体験」をテーマに地域の未来につながる祭典を目指して昨年から始まった宗像みあれ芸術祭。今年もみんなで参加できるワークショップ、プレイベントの伝統文化コンサート、そしてメインイベントの現代アートの祭典を開催。みあれ祭当日(10月1日)から15日間、市内がアートに染まります。

文化スポーツ課 ☎(36)1540

宗像大社神宝館で写真コンテストを開催！詳細はこちら▶



プレイベント 期 9月16日(土)

所 宗像ユリックス・ハーモニーホール

14:00～15:50(開場13:30)

【出演】▶津軽三味線=山口ひろしさん、宮沢莉乃音さん▶和太鼓=瑞宝太鼓

料 3,000円(小・中学生1,000円)

* 宗像ユリックス ☎(37)1311)で販売

メインイベント 期 10月1日(日)～15日(日)

宗像の伝統・歴史などをアートとともに学ぶ参加型の作品制作や体験型講座、音楽ライブ、他。

所 ▶メイン会場=宗像大社・辺津宮祈願殿 9:00～17:00 *時間変更の場合あり

▶サテライト会場=宗像ユリックス 9:00～20:00、海の道むなかた館 9:00～18:00



世界で活躍する奏者の共演。津軽じょんから節や千本桜など



宗像大社境内での作品制作は観賞無料(昨年の様子)





社会総がかりで子どもたちの志を育む むなかた子ども大学



令和3年度にスタートした「むなかた子ども大学」。昨年度参加した子どもたちからは「知らなかったことを楽しく学べた」「将来の夢に近づくことができた」などの感想が寄せられ大好評でした。本年度も社会総がかりで、子どもの興味・関心を深掘りする学びを提供。子どもたちが多分野にわたって「本物から学ぶ」「本物を体験する」ことを通じ、子どもの可能性を広げたり新たな発見をしたりして、興味・関心を「志」へと変容させていく場として「むなかた子ども大学」を開校しています。

☎ 地域教育連携室 ☎ (36)1169

むなかた子ども大学の目

各小学校・義務教育学校が学校の教育活動の一環として、11月11日(土)を中心に各学校で日時を設定し実施。保護者・企業・団体などの多様な地域住民と連携・協働し、子どもたちの興味・関心を深掘りする体験や学習を行います。また、子どもたちがテーマについて探究的に学習・発表資料としてまとめ、ICT機器を効果的に活用し表現する学習を実施します。保護者だけでなく地域のみなさんも、子どもたちの学びの様子を見ることが出来ます。

期 11月11日(土) 所 市内小学校、義務教育学校
対 小学生*保護者、地域の人は見学可能



むなかた子ども大学の日
瓦屋体験/東郷小
(昨年の様子)



むなかた子ども大学の日
材木加工体験/玄海東小
(昨年の様子)

メインキャンパス 申込必要

子どもたちが興味・関心を持っているテーマについて、大学・企業・団体が講義や体験活動を提供します。

期 11月23日(木・祝)

所 グローバルアリーナ、福岡県立少年自然の家「玄海の家」、他

対 参加を希望する小・中学生

● 参加方法=コース内容など詳細は、むなかた子ども大学HPや学校で配布するチラシで確認を。

● 募集期間=9月1日(金)~15日(金)

申 電子申請

* 応募者多数の場合は抽選(9月22日12:00 結果発表)



メインキャンパス
ピザ職人コース



メインキャンパス
航空会社コース

としょかんへ行こう No.3 11月は宗像市読書月間 町田そのこさん講演会



宗像ユリックス図書館開館35周年を記念した講演会を開催します。講師は2016年「カメルーンの青い魚」で第15回「女による女のためのR-18文学賞」大賞を受賞し、2021年「52ヘルツのクジラたち」で本屋大賞を受賞した作家、町田そのこさんです。当日は、事前に募集した質問への回答を交えながら講演。

期 11月3日(金・祝) 10:30~12:00

所 宗像ユリックス会議室1・2

定 先着100人 料 無料

● 申込開始日時=

9月7日(木) 10:00~

申 電子申請(町田さんへの質問とあわせて申し込みを)

☎ 図書課 ☎ (34)2263



講師の
町田そのこさん

『52ヘルツのクジラたち』

中央公論新社

他人との関わりを避けるように生きる貴瑠(きこ)と、母に虐待された少年との魂の物語



読書の楽しさを
上げよう

読書月間
標語・イラスト
募集

読書の楽しさや豊かさなどを表現した標語・イラストを募集します。

● 募集期間=9月1日(金)~30日(土)

申 ▶ 標語部門=電子申請 ▶ イラスト部門=応募用紙 * 応募用紙は宗像市民図書館に設置

* 詳細は同図書館HPで確認を ☎ 図書課 ☎ (前述)



意見箱の設置・出張ワークショップ実施

第3次総合計画策定に向けて みなさんの意見を募集



総合計画とは、宗像市の目指すべき将来像と、その実現に向けた政策の方向性を定めるものです。現在の第2次総合計画が令和6年度で計画期間を終えるため、令和7年度からの10年程度の長期計画として、第3次総合計画を策定します。

策定にあたり、市民のみなさんから意見をもらい、より良い計画づくりにつなげていきたいと考えています。Webでの意見収集のほか、市役所や公共施設に意見箱を設置予定です。また、要望に応じ、出張ワークショップ(出前講座)なども開催します。宗像市の未来を一緒に考えましょう。

● 意見箱の設置場所=公共施設(市役所、宗像ユリックス、他)

* 審議会委員の委員募集を11ページに掲載

* Web意見箱、出張ワークショップの詳細は市HPで確認を

☎ 経営企画課 ☎ (36)1192

出張ワークショップでは、職員が訪問して総合計画について説明し、参加者のみなさんとより良い宗像を目指して意見交換を実施します。市民のみなさんはもちろん、企業や団体のみなさんも参加してください。



7月に宗像中学校で実施した総合計画の出張ワークショップ



資源物リサイクルへの協力ありがとうございます



市のペットボトルの品質が 高く評価されました

令和4年度に市が分別収集で回収したペットボトル114tを、公益財団法人日本容器包装リサイクル協会に引き渡しました。同協会では、引き取ったペットボトルの品質を評価し、リサイクル事業者への売却価格に反映しています。評価では「キャップ・ラベルなどが混ざっていないか」「中身(異物)が入っていないか」などの項目をチェックされます。市の宗像清掃工場から引き渡したペットボトルは最高のAランクを獲得。点数は、令和3年度の93点から満点の100点にアップしました。

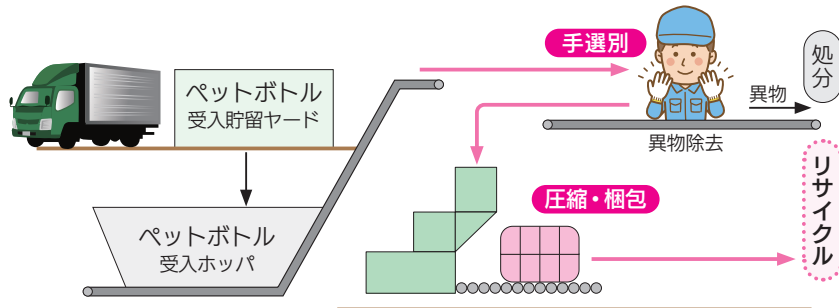


圧縮・梱包されたペットボトル

【市民のみなさんへ】

ペットボトルをきれいにすることで、選別や工場の機械への負担を減らし、スムーズにリサイクルを進めることができます。これからもきれいなペットボトルの排出に協力をお願いします。

- 次のペットボトルはリサイクルできません。燃やすごみとして出してください
- ①色がついたボトル②完全につぶされたボトル(つぶされたペットボトルはきれいに圧縮できないため)
- ごみの資源化の流れ(Ecoパーク宗像)を一部紹介



*Ecoパーク宗像資料から抜粋

問 環境課 ☎(36)1421

9月23～29日 県下一斉ごみの不法投棄防止週間



不法投棄は犯罪です

令和4年度は「用水路に家電品が捨てられている」など80件を超える不法投棄に関する通報がありました。山林、田畑、道路などに家電品や粗大ごみなどを捨てる行為は不法投棄です。不法投棄は犯罪で、廃棄物の処理及び清掃に関する法律で「個人に対しては5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金またはその両方、法人に対しては3億円以下の罰金刑」に処せられる可能性があります。
*不法投棄を発見した時は、速やかに警察署か市環境課へ連絡を

9月20～26日は動物愛護週間です



動物との正しい接し方について 理解と関心を持ちましょう

- 動物を飼うときは・・・ ▶飼う前に最後まで責任を持って飼えるか、よく考える▶首輪、迷子札などをつける(犬は狂犬病予防法で、登録鑑札(マイクロチップ含む)と狂犬病予防注射済票をつける義務あり)▶犬の放し飼いはしない。散歩時は引き綱(リード)をつける▶無駄吠えはさせない▶猫は病気や交通事故などの危険から守り、他人に迷惑をかけることを防止するため室内で飼う
- 飼い主のいない猫に餌を与えない ▶餌を与えていると猫が集まり、糞や尿、鳴き声などの迷惑を周囲に及ぼすことがある▶猫が集まることで、新たに子猫が生まれ、結果的に飼い主のいない不幸な猫が増える▶餌を与える場合は、責任を持ってトイレの設置や後始末、不妊・去勢手術を行い、周辺へ迷惑をかけないようにする

地域猫活動を知っていますか？

地域住民やボランティア団体が、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術と餌やトイレの管理を行うことで、今ある猫の命を大切にしながら飼い主のいない猫に関する問題の軽減や解決を図る活動です。

9月10日は下水道の日です



私たちのライフラインとして 大切な下水道

下水道は見えないところで私たちの快適な生活を支えています。将来も安定して下水道サービスを継続させるため、昨年度「下水道ビジョン」と「経営戦略」を見直しました。

問 下水道課 ☎(36)4136

【下水道ビジョン(基本構想)】

- 終末処理場をリニューアル
老朽化が進んでいる水処理施設は、今後リニューアルする予定です。汚泥処理施設は、水処理施設の更新後に老朽化が進行している施設から更新を行います。

● 鐘崎漁業集落排水区域(岬地区)を公共下水道事業へ統合

市街地を中心とする公共下水道事業への区域外流入や事務の煩雑化などの課題があるため、事業整理を行いながら公共下水道事業へ統合します。

【経営戦略(投資・財政計画)】

当面は収支不足に陥らない予定ですが、物価・動力費の高騰もあるため下記を実施します。
▶使用料の見直しに関する検証を5年に1度実施▶経営戦略の見直しを3～5年を目安で実施

【下水道の日】とは 1961年に著しく遅れていた下水道の全国的な普及を図るため「全国下水道促進デー(9月10日の前後1週間)」として始まりました。その後、下水道の大きな役割の一つである「雨水の排除」を念頭に、台風シーズンで立春から数えて220日に当たる9月10日に定められました。

【適切な井戸メーターの利用を】

井戸メーターや減算用メーターなどの私設メーターは、有効期限が8年と定められています。正確な下水道使用量の算定のため、定期的に確認して有効期限までに必ず交換しましょう。交換費用は契約者負担となります。



有効期限はメーターの本体に記載

(広告)

～離れて暮らす親子の対話をサポートする終活オンライン相談～

終活のお悩みについて、遠方にお住まいのご家族も一緒にご相談いただける環境を整えております。パソコンなどの操作に不慣れな方やインターネット環境が整っていない方でも、お気軽にお電話ください。

中山浩一司法書士事務所

宗像市東郷2丁目4番11号

福岡県司法書士会所属 司法書士 中山浩一

電話 0940-36-1515

営業時間 平日9:00～17:00(時間外のご相談も承ります)

取扱業務:相続・遺言、不動産登記(売買、贈与、住宅ローンなど)
会社・法人登記(設立、役員変更など)、成年後見、法教育(学校・企業などへの出前講座)



【環境美化ボランティア活動】●活動内容=市で登録後、回収したごみをグリーンネットに入れ市指定場所に置く(グリーンネット無料配布・収集費用は市負担) 市内海岸線を含む公共の場所●活動報告=▶令和5年7月428袋(うち海岸収集213袋)▶令和5年度累計1,798袋(うち海岸収集785袋) 問 環境課 ☎(36)1421

今月のむむっ!子ども子育てトピック No.5
妊娠8カ月の妊婦さんに面談を行っています

令和5年2月にスタートした出産・子育て応援事業では、妊娠8カ月頃の妊婦を助産師が訪問して面談を行っています。

面談では助産師が出産の不安を聞いたり、産後に利用できる育児サービスを紹介したりして、出産育児の不安を軽減し、産後の生活をイメージできるようにしています。

また、市の「たまご学級」に参加できなかった妊婦向けに、面談時に沐浴の仕方(赤ちゃん人形や沐浴槽を使用)などを体験することもできます。

☑️電子申請(妊娠8カ月頃に送付する案内で確認を)

☑️子ども家庭センター
 子ども保健係 ☎(36)1365



助産師が出産準備をアドバイス

健康むなかた 21 減塩にチャレンジ
食生活改善で高血圧を予防しよう

高血圧は、成人の3人に1人、高齢者の3人に2人が診断されている身近な病気です。そのままにしておくと命に関わる合併症を引き起こすこともあります。日常生活で高血圧を予防しましょう。

●塩分をとりすぎたらどうなるの?

食塩をたくさんとると、血液中の塩分濃度を下げることができず、水分をとろうとします。水分をとると血液量が増え血圧が高くなります。血液量が増えると心臓はより強い力で血液を送り出すことになり、心臓にも大きな負担がかかります。高血圧の状態が続くと血管は次第に厚く、硬くなって動脈硬化となり、進行すると脳卒中や心臓病などの命に関わる合併症を引き起こす危険が高まります。

●減塩のポイント

食塩摂取量の目標は、男性7.5g/日、女性6.5g/日です。減塩のポイントを参考に取り組んでみましょう。

【作るときに減塩】

- ▶調味料に含まれる塩分を見る
- ▶旬の食材を選んで食材本来の味を生かす
- ▶天然食品でだしをとる
- ▶酸味を生かす、香辛料・香味野菜などを使う



【食べるときに減塩】

- ▶麺類の汁を残す ▶食卓で調味料を追加しない
- ▶汁物は1日1回にする ▶漬物を食べる回数を減らす
- ▶加工食品の塩分に注意する ▶調味料はかけるより、つける

【野菜や果物を多く食べる】

野菜や果物に多く含まれるカリウムは、体内の余分なナトリウム(塩分)を尿とともに排泄する効果があります。野菜はミネラルや栄養分などのうまみがたっぷり入っていて、炒める・煮るなどでうまみを引き出すことで、塩分を減らせます。

*腎臓病や心臓病の人は、カリウムのとりすぎは体に負担がかかるため、かかりつけ医に相談を



【運動教室などで健康講話を実施中!】

市内では健康づくりや介護予防のため、地域の人が主体となって自主的に運動教室を開催しています。教室では運動のほかに、市健康課の保健師と管理栄養士が、健康チェック(血圧測定や体成分測定)、高血圧予防などの健康に関する講話、体力測定などもあわせて行っています。その場で健康相談もできます。減塩とともに健康維持のために参加してみませんか。



日の里コミセンでの運動教室の様子

*日程・場所は右記コード参照



☎健康課 ☎(36)1187

日本に火葬が広まる以前の古墳時代のお葬式は、まず一定期間遺体を安置し祈る「モガリ(死者の最終的な死を確認する)」を行います。次に遺体を墓へ運び、被葬者を黄泉国(よみのくに)へ送るために飲食物を供える「ヨモツヘグイ」を経て、黄泉の国へ行った死者とお別れするための儀式「コトドワタシ」を墓の入口で行い、一連のお葬式が終了します。



古墳時代のお葬式と須恵須賀浦遺跡

ならばあります。それが宗像市須恵須賀浦遺跡の横穴墓です。須恵須賀浦遺跡からは人骨が多く発見されました。なかでも注目されるのはSL75横穴墓で、人骨の関節が意図的に外され、供えられた土器を逆さにして、その上にウサギの大腿骨が載せられていました。関節が外せるほど白骨化した段階で行われているので、被葬者の死後かなりの時間を経ての儀礼だと分かります。



再生を阻止し、黄泉国にいる先代家長が新家長を守護してくれることを願う行われたとされます。このように、当時の日本は現代とは全く異なる、想像もつかないようなお葬式が行われていました。死者をしのび、哀悼するのはいつの時代も同じですが、古墳時代の人々の葬送儀礼の多様さは、深い死生観のあらわれともいえるでしょう。



須恵須賀浦遺跡で発見された人骨

(広告)

からだの痛みにお困りのご高齢者の方

健康保険が使える自宅療養・歩行困難な方の為の

訪問鍼灸マッサージ

無料体験の「相談はお気軽にお電話ください」

からだすこやか治療院

0120-726-053

宗像市日の里1丁目11-1

9:00~18:00(土曜13:00まで) 休 日 曜

宗像市スポーツ協会だより

むなスポ。



発行 一般社団法人宗像市スポーツ協会
〒811-3406 福岡県宗像市稲元 5-2-1
TEL 0940-32-1230
FAX 0940-32-1231
http://munakata-taikyو.jp/

No.51
2023. 9

令和5年度 スポーツ基礎教室募集要項一覧表 (後期)

教室名	開催期間	開催時間	曜日	開催会場	対象者	定員	参加料	問い合わせ先(TEL)
空手道	10月~3月	17:30~19:30	火・木	宗像市民体育館	市内小・中学生	50人	6,000円/6ヶ月	植田 博文 (自)35-3941
		17:30~19:30	火	日の里東小学校体育館				
		17:00~19:00	木					
		17:30~19:30	火・金	自由ヶ丘小学校体育館				
バドミントン初心者教室 夜間の部	10月~1月	19:30~21:30	木	宗像市民体育館	一般市民	20人	2,000円 (高校生は1,600円) / 4ヶ月	元岡 鋼基 (携)090-9576-2904
小・中学生サッカー教室	10月~3月	13:00~	月2回 程度土	宗像終末処理場 グラウンド	小学3年生以下	20人	1,500円/月	大石 潤 (携)090-1087-8341 munakatacentralfc@yahoo.co.jp
小・中学生ソフトテニス教室	10月~3月	13:00~15:00	土	宗像中央公園テニスコート	市内小学3年生~中学生	20人	3,000円/6ヶ月	川浪 一洋 (自)33-4144
柔道教室	10月~3月	18:30~20:30	火	宗像市民体育館	幼児 (年長以上) 小学生	50人	7,800円/6ヶ月 ※途中変更有	中村 栄一 (携)090-3015-3783
		17:30~19:30	土					
剣道教室	10月~3月	19:00~21:00	水	宗像勤労者体育センター	市内小学生	30人	無 料	保木本 修治 (自)33-0407

▼ 往復八ガキの往復欄に希望する教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記、返信欄に受講希望者の住所・氏名を明記の上、宗像市スポーツ協会事務局【〒811-3406 宗像市稲元5-2-1 宗像市民体育館内 (☎32-1230)】まで
 ▼ 9月17日(日)必着。ただし、各教室、定員になり次第締め切ります
 ▼ *各教室、別途スポーツ保険料が必要となります
 *応募人数が10人未満の場合は、教室として成立しない場合があります
 *原則とし、一度受講した競技の再度受講は認められません。ただし、小中学生の教室についてはこの限りではありません
 *詳細は問い合わせ先までご連絡をお願いします

令和5年度事業報告(屋内)

実施月日	事業名	優勝	2位	実施月日	事業名	優勝	2位
● バスケットボール							
5月28日	宗像市中学生大会	男子の部 河東中学校 女子の部 中央中学校	男子の部 城山中学校 女子の部 城山中学校				
● ソフトバレーボール							
5月7日	第21回宗像市大会	レディースフリーの部 古賀市商工会女性部 レディースプリンスの部 はまゆう レディースクイーンジュニアの部 さわかクラブ トリムフリーの部 ボンズ トリムキングの部 MOW-MOW	レディースフリーの部 SENOJUN レディースプリンスの部 DETAN' S レディースクイーンジュニアの部 そよかぜ トリムフリーの部 VintageKS トリムキングの部 岡垣倶楽部Z				
6月11日	第7回宗像市選り杯	はまゆう	そよかぜ				
● バレーボール							
4月29日	第19回宗像市地域交流9人制大会	男子事業所の部 太田モータース 女子の部 須恵女子	男子事業所の部 日赤B 女子の部 城西ヶ丘				
5月3日	令和5年中学生春季大会	自由ヶ丘中	河東中				
6月4日	令和5年小学生春季大会	赤間UNITE男子	赤間西				
● 剣道							
5月13日	令和5年度春季宗像市少年大会	小学生Aクラス 東郷少年剣道教室 小学生Bクラス 東郷少年剣道教室A 中学生男子の部 河東中学校 中学生女子の部 城山中学校	小学生Aクラス 東郷少年剣道教室 小学生Bクラス 東郷少年剣道教室B 中学生男子の部 中央中学校 中学生女子の部 中央中学校				
● 卓球							
5月14日	宗像市春季大会	男子一般の部 奈須大吾 (藤井クラブ) 女子一般の部 中村心羽 (川田卓球クラブ) 男子一般の部 金重祐希 (藤井クラブ) 女子一般の部 有川舞 (新宮町卓球部) 男子一般の部 片岡良教 (TRY-U) 女子一般の部 外山綾 (AKATSUKI) 男子シニアの部 戸田泰三 (ウィンベル) 女子シニアの部 森安佳代子 (TRY-U) 男子シニアの部 田中一彦 (玄海PC) 女子シニアの部 田中和恵 (マスカット) 男子シニアの部 後藤康秀 (自由ヶ丘卓球クラブ) 女子シニアの部 本田ミナト (すみれクラブ)	男子一般の部 松尾孝太郎 (AKAMAクラブ) 女子一般の部 山本友里 (R-II) 男子一般の部 佐藤巧 (ぶらむ.) 女子一般の部 鍛冶有祐 (STC) 男子一般の部 川本一喜 (ポチピンクラブ) 女子一般の部 砂留浩子 (トバース) 男子シニアの部 小田良和 (永卓会) 女子シニアの部 瓜生米子 (アトム) 男子シニアの部 渡部卓志 (卓クラブ) 女子シニアの部 安部八重子 (宗像卓愛) 男子シニアの部 三日市浩志 (新宮町卓球部) 女子シニアの部 溝口節子 (すみれクラブ)				
5月27日	宗像市中学生大会	男子の部 自由ヶ丘中A 女子の部 福岡東中A 男子の部 福岡中B 女子の部 城山中A 男子の部 福岡東中B 女子の部 福岡中C	男子の部 城山中A 女子の部 柏屋中 男子の部 津屋崎中B 女子の部 日の里中A 男子の部 自由ヶ丘中C 女子の部 遠賀南中				
7月2日	第15回宗像市大会	男子の部 水城TTS 女子の部 ブルーウェーブ 男子の部 筑豊クラブA 女子の部 武雄クラブ 男子の部 SAKURA (B) 女子の部 CRESC (江口)	男子の部 宗像卓愛B 女子の部 ラージメイト 男子の部 筑豊クラブC 女子の部 JOY 男子の部 卓クラブ 女子の部 大野城ラージ同好会 (G)				
● バウンドテニス							
6月18日	40周年記念大会	榎	桜				

令和5年度事業報告(屋外)

実施月日	事業名	優勝	2位	実施月日	事業名	優勝	2位
● グラウンドゴルフ							
4月21日	第2回宗像市長杯交歓大会	中野 千年	牧 一雄				
5月16日	第2回宗像市スポーツ協会交歓大会	照山 良一	河賀 哲朗				
7月5日	第3回宗像市長杯交歓大会	高木 久美子	高崎 堅一				
● テニス							
4月2日	第40回混合ダブルス大会	一般1位 トーナメント 今林克幸・白木原綺歩 (明天寺) 一般2位 トーナメント 姫野 浩・吉田尚子 (日の里) 120歳クラス1位 トーナメント 松山良一・須藤祥子 (フリー) 120歳クラス2位 トーナメント 猪口裕二 (くりえいと)・猪口和子 (宗像)	一般1位 トーナメント 池田浩志・吉山由里架 (明天寺) 一般2位 トーナメント 松高祐紀・伊澤秀枝 (日の里) 120歳クラス1位 トーナメント 畑中正道・畑中美幸 (くりえいと) 120歳クラス2位 トーナメント				
4月16日	第46回市長杯ダブルス大会	一般男子1位 知屋城浩・池田浩志 (明天寺クラブ) 一般男子2位 加治純純・吉永郷史 (明天寺クラブ) 120歳男子1位 畑中秀登 (くりえいと)・松山良一 (フリー) 120歳男子2位 榎本武揚・兵頭登 (自由ヶ丘クラブ) 一般女子1位 松田愛子・吉永明里 (明天寺クラブ) 一般女子2位 吉元里美・高本由美 (自由ヶ丘クラブ) 100歳女子1位 畑中美幸 (くりえいと)・田中綾子 (宗像クラブ) 100歳女子2位 相島祐子・山根しずか (宗像クラブ)	一般男子1位 堤隆浩・阿部稜 (自由ヶ丘クラブ) 一般男子2位 原田和海・榮岩連 (宗像クラブ) 120歳男子1位 120歳男子2位 一般女子1位 白木原綺歩・吉山由里架 (明天寺クラブ) 一般女子2位 三重野幸恵・三重野真恵 (城西クラブ) 100歳女子1位 100歳女子2位				
● サッカー							
6月4・11・18日	サマーフェスティバル	宗像セントラル	河東				
● ソフトボール							
4月2・9日	第21回宗像市長杯争奪大会	A級 久原ソフトクラブ B級 ひかりヶ丘FFクラブ	A級 ベストフレンズ B級 稲元クラブ				
5月21日	第62回宗像市M・A大会	桜美台	日の里4・9				
6月17日	第76回中学校女子大会	城山中学校	河東中学校				
● ゲートボール							
5月20日	市民女子男子大会	E	B				
6月5日	第1回市協会大会	須恵B	混成				
6月23日	市長杯大会	曲A	須恵C				



むなかた市民学習 ネットワーク

No. 472

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)

初心者歓迎

①季節のおうち薬膳

有志指導者 和田 亜弓

場所 メイトム宗像
期日 9月30日(土)
11月25日(土)

*全2回

時間 午前9時〜正午
材料代 2500円/回
教材費 コピー代
持参品 エプロン、ふきん、
三角巾、筆記用具



▲調理例

②アクリルたわし作り

かわいい苺を編みましょう
有志指導者 よこやま 志津

場所 メイトム宗像
期日 10月4日(水)

*一日限り

時間 午前10時〜正午
教材費 500円
持参品 かぎ針7号か8号



▲イメージ

③アイシングデコ作り

有志指導者 森元 結子

場所 メイトム宗像
期日 10月13日(金)

*一日限り

時間 午後1時〜同3時
教材費 1200円
持参品 エプロン、タオル、
三角巾



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
- 不成立の場合のみ連絡します

申し込み締め切り後(9月16日)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

申込方法

9月15日(金)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

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来てください

会場別追加募集 申し込み随時受付中!

先着順受付で定員になり次第締め切ります。受付後、入級の可否を連絡します。項目、有志指導者名、(場所)、曜日、時間の順に記載しています。同じ項目で他の会場・日時の学級がある場合もあります。問い合わせてください。

河東コミセン

●囲碁	西垣	2・4金	13:30~	●華道(池坊)	山崎	2・4水	15:00~	●パソコン	森	木(月3回)	13:00~
●かな書道	金子	1・3土	9:00~	●三味線・長唄	杵屋	1・3土	9:30~	●わくわく元気体操	得田	毎週火	13:30~
●書道	佐藤泰	1・3火	10:00~	●着付け	平田	毎週火	9:00~	●中国語会話	王	毎週日	10:00~
●編み物	久保川	毎週金	10:00~	●着付け(夜)	秋吉	毎週木	19:00~	●ドイツ語(夜)	堀口	毎週金	18:20~
●フラワーアレンジメント(夜)	高島	2金	19:00~	●パソコン	須藤	毎週火	13:00~	●ドイツ語(中級)	堀口	毎週木	15:00~

自由ヶ丘コミセン ★★☆☆

●民謡	塚本明	2・4火	13:00~
●ハーモニカ(初級)	友成	2・4水	9:00~
●やさしい声楽	池松	毎週火	10:00~
●パソコン	須藤	毎週水	13:00~
●太極拳	高山	1・2・3水	13:30~
●古文書で読む歴史	板橋	4木	10:00~

赤間西コミセン ★★☆☆☆☆

●囲碁	西垣	1・3金	13:30~
●ペン習字(夜)	堀内玲	1・2・3木	17:00~
●水彩画	古後	2・4水	13:30~
●絵手紙	藤野	2・4水	13:30~
●詩吟	佐瀬	2・4木	13:00~
●着付け	秋吉	毎週木	13:30~

東郷コミセン ★★☆☆☆☆

●パッチワーク	青木	2・4木	10:00~
●楽しいコーラス	能智	1・3・4水	13:30~
●リコーダーアンサンブル	能智	1・3金	10:00~
●茶道	井上	2・4水	13:30~
●着付け	角	2・4金	10:00~
●パソコン	須藤	1・2・3土	10:00~

メイトム宗像

●書道	古野	毎週木	10:00~	●はじめての男性カラオケ	馬場	1・3火	10:00~	●ビデオ制作(パソコン編集)	一樹	3火	14:00~
●実用の書	佐藤ひ	1・3水	10:30~	●フラワーアレンジメント	高島	1火	10:00~	●パソコン	安部	毎週木	13:00~
●はじめての水彩画	立川	3土	10:00~	●いけ花(池坊)	綱脇	2木	10:00~	●パソコン(プログラミング)	長島	2・3・4金	10:00~
●絵手紙	藤野	1・3水	13:30~	●オカリナ	宮内	2・4火	15:00~	●アロマテラピー	門司	1木	10:00~
●はじめてのイラスト	狭間	1・3木	10:00~	●家庭料理	貞弘	3(火・水・木・金)	9:30~	●ヨーガ体操	岡本	1・2・3水	10:00~
●帆船模型	森田	2・4火	13:30~	●男性の料理	手嶋	1水	9:30~	●わくわく元気体操	得田	毎週金	10:00~
●バルーンアート	今西	2・4木	10:00~	●手作りパン	橋本	1月	9:00~	●フラダンス	村上	1・3月	13:30~
●ハンドニット(手編み)	よこやま	1・3月	10:00~	●パン・お菓子	塚本け	2火	9:00~	●バドミントン	壹岐	毎週月	15:00~
●パッチワーク	青木	1・3木	10:00~	●和菓子	矢野	3木	9:30~	●中級英会話(夜)	三浦	1・3金	19:00~
●心を癒やすクッキー教室	佐藤信	1・2・4火	15:00~	●着物リフォーム	岸川	2・4木	13:00~	●はじめての通訳(夜)	本宮	2・3・4水	19:00~
●はじめてのハーモニカ	友成	2・4木	13:00~	●リメイク講座	中村和	1・3月	13:00~	●歴史	堀田	3木	13:30~

公民館・体育館・その他 ★★☆☆☆☆

●ペン習字	堀内香	自由ヶ丘第1区会公民館	1・2・3木	10:00~	●卓球(夜)	山口・小野	勤労者体育センター	毎週土	17:00~
●組み紐	平田	赤間公民館	毎週月	10:00~	●バドミントン	橋崎	勤労者体育センター	毎週木	13:00~
●茶道	井上	宗像コリックス	2・4水	10:00~	●バドミントン	壹岐	勤労者体育センター	毎週木	15:00~
●表装	佐藤泰	クラブ室	1・3水	13:00~	●硬式テニス	武石	中央公園テニスコート	水(月2回)	10:00~
●プリザーブドフラワー	元岡	指導者宅(土穴)	1・3金	10:00~	●パソコン	森	南郷コミセン	火(月3回)	9:30~
●パソコン(夜)	坂本	指導者宅(自由ヶ丘)	2・4木	19:00~	●書道	佐藤泰	日の里コミセン	1・3・4土	9:00~
●卓球	山口	市民体育館	毎週火	10:00~	●ラクラク健康体操	得田	日の里コミセン	毎週水	10:00~
●卓球	阿蘇	市民体育館	毎週水	9:30~	●身近ないけ花	高島	赤間コミセン	2・4木	10:00~
●卓球(夜)	小野	市民体育館	毎週金	19:00~	●絵手紙	藤野	玄海コミセン	1・3水	9:30~
●小中学生卓球(夜)	宮脇・高嶋・小野 越智・高井	市民体育館	毎週土	19:00~	●大人の英検講座	松尾	玄海コミセン	毎週木	14:10~

男女共同参画 **メッセージ** No.3

包括的性教育ってなあに？

近年、包括的性教育の必要性が重要視されていることを知っていますか。性教育が話題に挙がると「性的話は自然と学ぶもの」「寝た子を起さず」といわれてしまうことがあります。「性的話をオープンにすべきではない」という共通認識ができると、性的悩みを抱えていても「恥ずかしくて誰にも言えない」と一人で抱え込む人が増えてしまいます。その結果、性感染症などの病気や性暴力の被害が深刻化してしまうことがあります。

包括的性教育は「性に奔放になりましょう」という話ではありません。「年齢や気持ちに合わせてどのような情報が必要か考える」「リスクに直面してしまったときに頼れる相手や機関、適切なサポートを知る」ということが包括的性教育の考え方です。

国連教育科学文化機関(ユネスコ)の国際セクシュアリティ教育ガイダンスでは年齢に合わせたカリキュラムで継続的に学ぶことが勧められています。

男女共同参画推進講演会

いつやる？どうやる？おうちで性教育 ～子どもたちを守るために～

子どもたちのために大人ができることを一緒に考えてみませんか。

期 9月23日(土・祝)
11:00～12:30(開場10:30)
所 宗像ユリックス・ハーモニーホール ● 講師=シオリヌ(大貫詩織)さん
定 450人(市民優先) * オンライン配信は定員無し 料 無料
記 無料(5カ月～未就学児)
* 市民のみ
期 9月14日(木)
用 ①住所②氏名③年齢④電話

番号⑤会場参加かオンライン(返信用メールアドレス)⑥託児の有無を明記して▶ハガキ(〒811-3492 / 住所不要 / 男女共同参画推進課)
▶電子申請(市HP)
問 男女共同参画推進課
☎ (36)0048

講師のシオリヌさん(助産師/性教育YouTuber)



こころの健康づくり講演会 (ふくおか健康アプリ400ポイント付与あり)

心の詰まりのほぐし方 ～気づいて自分や身近な人のSOS～

9月10日から16日までの自殺予防週間にあわせて「誰も自殺に追い込まれることのない宗像市」の取り組みとして、こころの健康づくり講演会を開催。あなた自身やあなたの身近な人の悩みやストレスに気づき、相談されたときの対応方法や、自分でできるメンタルヘルスクアを学んでみませんか。
期 9月14日(木)
14:00～16:00(受付13:30)
所 宗像市役所北館・103会議室

● 講師=中島美鈴さん 定 先着50人 料 無料 記 無料(5カ月～未就学児) 期 9月12日(火)
* 託児は9月7日(木)までに申し込みを▶電子申請(市HP)
▶ F (37)3046(①住所②氏名③年齢④電話番号を明記)
問 健康課
☎ (36)1187
講師の中島さん(中島心理相談所 臨床心理士・公認心理師)



「生きるのがつらい…」自分や身近な人のSOSに気づいたら相談を

自殺の多くはさまざまな悩みが原因で追い詰められ、苦しみ、自殺という選択肢しか考えられなくなった末の死。自殺は「誰にでも起こりうる危機」です。一人で抱え込まず、まずは相談してください。

● きもちよりそうライン@ふくおかけん(月・木曜日16:00～19:00)
* LINE ID = @469xxbam (右記コード)
● ふくおか自殺予防ホットライン
▶ ☎ 092(592)0783(年中無休・24時間対応)
▶ ☎ 0120(020)767(月～金曜日16:00～翌9:00、土・日祝日9:00～翌9:00)
* 上記以外の相談先は健康課(☎(36)1187)に問い合わせを



なぜなに選管 No.1

投票所で投票できない場合は どうしたらいいの？

選挙期間中に投票所に行けない場合は、「不在者投票」「郵便等投票」の制度を利用することで投票することができます。

旅行や出張で市外に滞在している場合
滞在地で不在者投票ができません。事前に市選挙管理委員会に投票用紙を請求し、郵送された投票用紙を滞在地の選挙管理委員会に持参して記載します。
病院や施設に入所している人で歩行が困難な場合
不在者投票指定施設(県選管が指定する病院や老人ホーム、他)に入所している場合、施設で不在者投票ができます。投票を希望する場合は、事前に施設に申し出てください。

体に重度の障がいなどがある場合
一定程度の障がいに該当する場合や、要介護5に該当する場合、下記の手順で自宅などで郵便等投票ができます。
①市選挙管理委員会に投票用紙を請求 * 事前に市選挙管理委員会に「郵便等投票証明書」の交付を受けておく必要あり
②投票用紙が自宅などに郵送される
③自宅などで投票用紙を記載後、市選挙管理委員会に用紙を郵送
* 「郵便等投票証明書」の交付手続きは、選挙期間外でも可。交付を希望する場合は、市選挙管理委員会へ問い合わせを

問 市選挙管理委員会 ☎ (36)1375

報告

建設工事の品質向上を目指して 市優良建設工事表彰

市が発注した建設工事のうち、特に品質などが優良な建設工事(令和4年度完成)を施工した事業者を8月3日、河野副市長が表彰しました。今後も事業者の技術力向上・工物品質の向上が期待されます。
問 契約検査課 ☎ (36)1161



左から(株)真鍋組、占部建設(株)宗像支社、(株)木村組、大祥工業(有)、JR九州電気システム(株)、河野副市長

脳卒中後遺症でリハビリ中の方の交流会

第5回【池浦式 リハビリの考え方】
日程 9月10日(日)、10月15日(日)
時間 13時～15時
場所 メイトム宗像(市民活動交流館)・203会議室
◆ 体験発表者 池浦一敏(障害2級)宗像市鐘崎380「脳卒中・小児麻痺」の後遺症からの回復を考える
◆ 参加無料 ◆ 予約不要 ◆ 定員20名
■ 問い合わせ先 池浦(交流会主催者) ☎ 0940(62)0832



そうだ、行政書士に相談しよう！
無料相談会のご案内

遺言・相続・成年後見人・創業・中小事業支援・外国人の在留相談等々
お困りではありませんか？
あなたの街の法律家がお答えします！！

【日時】9月10日(日) 10月22日(日) 13時～16時
【場所】東郷地区コミュニティ・センター 小会議室2
※予約の必要はございませんが、相談多数のため事前予約の方優先
相談会についてご不明な点は、お気軽にお問合せ下さい。

主催：福岡県行政書士会 福岡北支部
TEL：0940-72-4410(事務局)

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

年金生活者支援給付金 対象者は請求書の提出を



収入や所得が一定額以下の年金受給者に給付金が上乗せされる制度。現在未受給で新たに対象となる人は9月中旬に送付される請求書(はがき型)を提出してください。

▶ 高齢基礎年金受給者(65歳以上の人で世帯全員が市町村民税非課税かつ自身の前年の年金収入額とその他所得額の合計が87万8,900円以下) ▶ 障害基礎年金・遺族基礎年金受給者(前年の所得額が472万1,000円以下)

*すでに受給している人は提出不要
☎東福岡年金事務所 ☎092(651)7967
▶市民課年金係 ☎(36)1128

職員採用試験 受験者募集



宗像市をもっと良くしたいという熱い思いを持っている人募集。

一般行政A

▶ 18～25歳

(令和6年4月1日時点)

海事職/大島航路(機関員)、地島航路(甲板員、機関員)

▶ 18～35歳(令和6年4月1日時点) *海技士資格を持つ人は18～50歳

●共通事項●募集期間=9月16日～10月1日●採用=令和6年4月1日 *募集要項は市HPで確認を
☎人事課 ☎(36)5051

腎臓疾患患者福祉給付金 (前期4～9月分)の申請



▶ 身体障害者手帳の交付を受けている人で、夜間の人工透析(17:00以降開始)を月5回以上受けている人 ●給付金/月額2,000円 *詳細は市HPで確認を

▶ 窓口=申請書、世帯全員の住民票の写し(続柄記載)、源泉徴収票など受給資格者と扶養義務者の前年の所得を証明するもの、通院証明書を、福祉政策課障害者福祉係へ提出▶郵

送(〒811-3492/住所不要/福祉政策課あて) *申請書と通院証明書は同課に様式あり

▶ 9月29日(金)
☎福祉政策課障害者福祉係
▶ ☎(36)3135 ▶ F(36)5856

宗像市都市情報サービス で閲覧・印刷ができます



都市計画法の区域区分や用途地域などの情報を市HPで公開。複数の情報を重ねた地図も印刷できるサービスを活用してください。

●表示できる項目は▶都市計画法の用途地域▶区域区分▶地区計画▶準防火地域▶自然公園区域▶景観計画▶都市施設▶立地適正化計画▶屋外広告物地域

☎都市計画課 ☎(36)1484

審議会等委員募集



宗像市景観審議会委員

●内容=宗像市景観計画の変更、景観施策などに関する重要事項についての審議など

☎都市計画課 ☎(36)1484

保健福祉審議会委員

●内容=保健福祉に関する計画などの審議、助言

☎福祉政策課 ☎(36)9559

総合計画策定審議会委員

●内容=第3次総合計画の策定に関する調査審議

☎経営企画課 ☎(36)1192

【共通事項】

▶ 9月29日(金)12:00

住宅・土地統計調査に 協力を



統計調査員が訪問し、調査書類を配布します。インターネットか紙の調査票での回答を。

●調査期間=9～10月▶全国約340万世帯。市では指定された調査区から抽出した約3,100世帯

☎経営企画課 ☎(36)1192

休日開庁

マイナンバーカード

申請・交付・更新手続き



平日に手続きに行くことができない人は休日開庁を利用してください。
☎9月3日(日)・23日(土・祝)

9:00～12:00 ☎市民課(本館1階) *当日、マイナンバーカード以外の手続きは受け付け不可

▶ 申請手続きをする人▶受け取り(交付)の人▶更新をする人 *持参品・詳細は市HPで確認を *マイナポイントの申し込みは9月末まで。現在受け付け可能な決済サービスは市HPで確認可
☎市民課 ☎(36)1126

メイトム宗像 スモールオフィス 利用団体募集



スモールオフィスにはインターネット環境、机、椅子、キャビネットなどを完備。

●利用期間=利用開始月～令和6年3月31日(日) *更新可▶1区画2,930円/月 *複数の団体で共同使用可▶宗像市市民活動団体

▶ 9月30日(土) *申込・詳細は市HPかメイトム宗像HPで確認可▶コミュニティ協働推進課 ☎(36)0311

宗像創業セミナー 参加者募集



専門家講師が「経営」「財務」「人財育成」「販路開拓」「税務」の5分野の講義を行います。

☎10月7日(土)8:50～17:00

☎宗像市商工会▶市内で創業を予定している人、創業を目指している人(途中参加・退席不可)

▶先着30人▶無料▶電子申請
☎▶セミナーについて=宗像市商工会 ☎(36)2268 ▶記事について=産業政策課 ☎(36)0037



講義を受ける創業者のみなさん

日の里3丁目菜園の 利用者募集



☎10月1日(日)～令和6年3月31日(日) ☎日の里3丁目

●募集区画=7区画(30～80㎡)

▶市民課▶1㎡51円(1年)

▶ 9月20日(水)

▶ 申込書をアセットマネジメント推進課へ提出 *詳細は、市HPで確認を
☎同課 ☎(36)9811

障害者週間(12月3日～9日) 美術作品募集



絵画、写真、絵手紙など

●募集期間=10月16日(月)～11月10日(金)▶市に在住、通勤、通学、入所、通所している障がいのある人▶福祉政策課窓口か郵送 *応募用紙は窓口か市HPで入手可
☎福祉政策課障害者福祉係 ☎(36)3135 ▶F(36)5856

みあれ祭に伴う 交通規制



交通規制の区分、陸上神幸ルートや迂回路などは、宗像大社HPで確認を(9月下旬公開)。

☎10月1日(日)

☎宗像大社 ☎(62)1311 *記事については世界遺産課 ☎(62)2600



陸上神幸

事業者 インボイス制度・ 電子帳簿保存法 対応セミナー



今後の対応や準備をスムーズに行えるよう、制度内容などを分かりやすく解説します。

☎9月8日(金)☎宗像ユリックス・会議室1▶先着60人

▶無料▶電子申請▶宗像市商工会 ☎(36)2268

☎宗像市商工会 ☎(前述) *記事については産業政策課 ☎(36)0037

事業者 令和6・7年度 宗像市学校給食用物資 納入業者募集



●内容=市立学校(離島含む)への学校給食用物資の納入業務

●登録有効期間=令和6年4月1日～令和8年3月31日

▶ 9月29日(金)▶所定の書類を学校管理課給食係(本館3階)へ持参
☎学校管理課 ☎(36)1322

(広告)

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

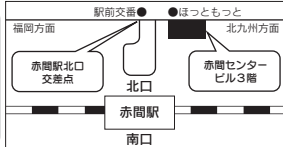
当事務所では、男女2名の弁護士が、一般民事、家事(相続・離婚等)、交通事故、医療事故、建築紛争、労働、行政、刑事弁護、犯罪被害、成年後見、遺言、債務整理、過払金回収、その他、あらゆる法律問題に対応いたします。

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)

弁護士による遺言書作成セミナーを開催します!近年の法改正も踏まえてレクチャーいたします。初めて遺言書を書かれる方、書き換えを希望される方などたても一緒に遺言書を作成してみませんか。質問も受け付けます。前日までに電話でお申し込みを。参加費500円。ご参加お待ちしております。

場所:河東コミセン大会議室A、定員:15名



～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)～
●9月2日、9月23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。

弁護士法人奔流ホームページ▶



9.10日

15:30開場 16:00開演

宗像ユリックス・ホール

入場無料(要入場整理券)
当日整理券もごさいす

宗像ウインドアンサンブル 第11回定期演奏会

吹奏楽曲から映画音楽・昭和歌謡曲・アニソンまで

入場整理券は楽団ホームページのオンラインチケット予約からお求めいただくか、楽団広報にお問い合わせください。☎090-1927-7317

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 ▶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

スポーツ

市スポーツサポートセンター 体力測定会



体成分、柔軟性、バランス、敏しょう性、握力の5項目を測定し結果をグラフ化。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。

期 9月20日(水)
▶ 11:00 ~ ▶ 14:00 ~ 所 市民体育館・多目的室A B 定 各先着10人 料 無料 対 市民優先 9月15日(金) 同センター(宗像市民体育館内) ☎(72)1112 F(32)3772

講座・イベント

宗像・福津健康医療イベント



健康測定ブース、薬剤師のお薬相談、移動式の医薬品供給車両「モバイルファーマシー」の展示を行います。来場者にはプレゼント(数限定)もあります。

期 10月1日(日)10:00 ~ 15:30 所 イオンモール福津・1階噴水広場、2階イオンホール
* 国民健康保険団体連合会宗像支部(宗像市・福津市)、(一社)宗像薬剤師会共催 国保医療課 ☎(36)1363

男女共同参画推進センター「ゆい」



子育てママのリフレッシュ講座 体スッキリ! 姿勢改善&骨盤体操 姿勢の改善や骨盤のゆがみに効果的なストレッチを学び、心身ともにリフレッシュしませんか。

期 10月5日(木) 10:30 ~ 12:00 所 メイトム宗像・多目的ホール
● 講師=竹村亮子さん(健康運動指導士) 対 子育て中の女性(市民) 9月24日(日) 講師の竹村さん 変わりゆく家族のカたち「介護」は誰がするのか それぞれの家族に合った「介護」について一緒に考えてみませんか。



期 10月18日(水)10:00 ~ 12:00 所 メイトム宗像・結工房
● 講師=西尾美登里さん(西九州大学准教授) 対 市民 10月4日(水) 共通事項
定 抽選で20人 料 無料
託 無料(開催日の時点で5カ月~未就学児。事前申込必要)
同 男女共同参画推進センター「ゆい」▶ ☎(36)0250 ▶ F(36)0269 ▶ ハガキ(〒811-3437 久原180) ▶ 電子申請(市HP)
* 抽選結果はハガキで通知。詳細は同ハガキで確認を 同センター ☎(前述)

ゆっくり歩いてたっぷり見学 宗像の名所・史跡 見学ツアー



宗像歴史観光ボランティアの会のガイドと一緒に歩いて魅力を再発見。

宗像大社 月次(つきなみ)祭コース【1.1km】
期 10月15日(日)10:00 ~ 12:00 (宗像大社第1駐車場大鳥居前9:50集合) 料 500円 9月8日(日) 沖津宮・中津宮 秋季大祭コース【4.5km】

期 10月29日(日)8:10 ~ 12:10 (大島港ターミナル8:10集合) 料 800円 10月22日(日) 共通事項 * 小雨決行
同 ①コース②氏名③電話番号④住所を明記して、同会(岩隈あて)▶ ☎22kanbora@gmail.com ▶ 宗像観光情報コーナー ☎(62)3811 同 ▶ ツアーについて=宗像観光情報コーナー ☎(前述) ▶ 記事について=産業政策課 ☎(36)0037

親子海岸清掃・環境フォーラム 参加者募集



「海のプラゴミが打上花火に変わるプロジェクト」の親子海岸清掃・環境フォーラム。親子で環境問題について学びましょう。
期 10月1日(日)13:30 ~ 15:30 所 鐘崎漁港 対 親子(小学生以上) 定 先着100人 料 無料 9月22日(金) 同 office@miare.jp (①親子氏名・学年②携帯電話番号③住所を明記) * 参加者にはペットボトルをリサイクルしたグッズや同日19:00から開催の花火大会で使える2,000円分飲食券をプレゼント * 人まち補助金採択事業

宗像 CSR 推進実行委員会 ☎(22)8308

道の駅むなかた キャンピングカーショー & アウトドアイベント



キャンピングカーショー&アウトドアイベント

期 10月14日(土)・15日(日) 9:30 ~ 17:00 所 道の駅むなかた
● 内容=車中泊体験(事前申込必要)、ステージイベント、キャンプギア(道具)・アウトドア用品展示会など 料 無料(入場料、駐車場)

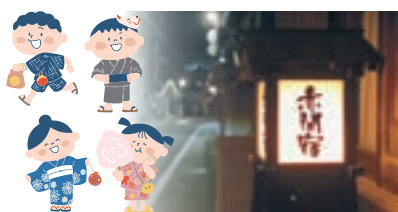
「はじめての車中泊体験」参加者募集 期 10月14日(土) ~ 15日(日) 対 大人2人、子ども3人(計5人まで) * 家族限定 定 5組 料 ▶ 大人5,500円(税込) * 2,000円相当のパーベキュー食材セット付 ▶ 子ども2,200円(税込) * 未就学児以下無料

9月20日(水) * 申込・詳細はイベント公式HPで確認を 同 ▶ イベントについて=同イベント実行委員会 ☎092(753)8951 ▶ 記事について=産業政策課 ☎(36)9039

~浴衣でおいでよ~ kid's (キッズ) 縁日



期 9月23日(土・祝) 15:00 ~ 20:00 所 赤間宿通り
● 内容=子どもたちが楽しめるゲーム(ヨーヨーつり、射的など)、ポニー餌やり体験、キッチンカー、他 * お得に遊べる縁日チケット(300円5枚つづり)を販売 同 ▶ 縁日について=赤間宿商店組合(大和) ☎(32)2117 ▶ 記事について=産業政策課 ☎(36)0037



文化芸術に触れる 博多座市民半額観劇会「西遊記」

● 出演者=片岡愛之助さん、小池徹平さん、他 期 ①11月10日(金)16:30 ②11月14日(火)16:30 ③11月16日(木)16:30 ④11月19日(日)16:30

⑤11月20日(月)11:00 ⑥11月21日(火)▶ 11:00 ▶ 16:30 ⑦11月23日(木・祝)11:00 所 博多座(福岡市) 定 各回抽選で30人 料 A席7,500円(通常15,000円) * 別途手数料必要 9月15日(金) * 消印有効 * 9月29日(金)頃に当選ハガキ発送 同 ▶ ハガキ1通1公演のみ①希望公演日時②郵便番号・住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥参加人数(ハガキ1通2人まで)を明記して、〒810-8799 / 福岡中央郵便局留 / 「市民半額会」あて 同 ▶ 市民半額会事務局 ☎092(751)8258 ▶ 文化スポーツ課 ☎(36)1540



左から、片岡愛之助さん、小池徹平さん、戸次重幸さん、加藤和樹さん

むなかた秋の風物詩 枝豆狩り交流会



刈った枝豆は、荒縄で縛った分だけ持ち帰ることができます。
期 10月14日(土)10:00 ~ 14:00 所 玄海コミセン付近の大豆畑(下図参照) * 駐車場は玄海コミセン前のグラウンド(無料) 料 荒縄1本700円(受付で縄の購入を。本数制限なし。事前申込不要) ● 持参品=はさみ、軍手 * 小雨決行。雨天の場合は10月15日(日)。枝豆の生育状況で中止する場合あり * 詳細は「むなかた地域農業活性化機構」HPで確認を * 宗像市認定農業者協議会主催 同 ▶ むなかた地域農業活性化機構 ☎(36)7883



(広告)

- 行政書士による無料相談会 -

・自由ヶ丘コミセン : 9/10(日)、24(日)、10/8(日)、22(日) 9:00~12:00
・玄海コミセン : 9/3(日)、10/15(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



地域限定!! 【情熱 特別割引キャンペーン】実施中!!



東京ドローンアカデミー福岡校 WEB http://droneacademy-fukuoka.com TEL 050-3177-4950 / FAX 050-3488-7711 〒810-0042 福岡市中央区赤坂3-8-26 赤坂エクセル1109号

(無料) 見学or体験 随時受付中! 詳しくはWEB をご覧下さい!



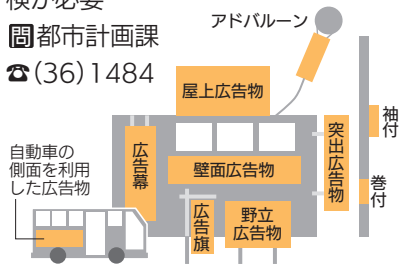
情報ステーション 詳細は各問い合わせ先へ *申込方法応募事項は11ページで確認を

お知らせ

事業者 知っていますか？
屋外広告物のルール

市内で屋外広告物を掲出するときは、自分の土地・店舗でも、場所と規模に応じて許可申請が必要です。
*掲出後は建築士か屋外広告物士の資格を有する管理者を定め、定期点検が必要

問 都市計画課
☎(36)1484



健康・衛生

9月の献血

宗像市役所
期 9月1日(金)10:00～16:00
問 健康課 ☎(36)1187

子ども・教育

家庭での子どもへの教育について学ぶ
家庭教育学級

不登校が原因で引きこもる毎日から、動画クリエイターとして活動するようになったきっかけは？
実体験を聞いてみませんか。



講師の永島さん

期 9月22日(金)14:00～15:30
所 市役所北館1階・103会議室
●テーマ＝不登校でも大丈夫、全てが経験で無駄な日なんて一日もなかった
●講師＝永島匡人(ながしま・まさひと)さん(宗像動画製作所代表)
対 市民 料 無料 冊 無料(9月15日(金)までに事前申込必要) 申 9月19日(火) 申▶電子申請▶地域教育連携室 ☎(36)1169 F(37)1525
問 地域教育連携室 ☎(前述)

Risus Munakata!
(リーゾスムナカタ)
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) 対 市内在住の中学生と高校生 料 無料
問 子ども育成課 ☎(36)1214

ホストファミリー募集



イングリッシュ・キャンプに参加するアメリカの大学生を受け入れるホストファミリー(12家庭)を募集。
●受入期間＝10月13日(金)～15日(日)*グローバルアリーナまで送迎必要●ゲスト＝アメリカで教員を目指す大学生12人程度
申 9月15日(金) 申 電子申請
問 地域教育連携室 ☎(36)1169



6月のホームステイの様子。英語に、より興味を持つようになりました。

令和6年度使用
小学校教科用図書



令和6年度から小学校で使用される教科書が選定されました。教科と発行者名などの詳細は市HPで確認を。
問 教育政策課 ☎(36)5099

赤ちゃん・子育て

子育て支援センター「ふらっこ」



①交流室(事前申込不要)
期 月～金曜日、第2土曜日 ①10:00～12:00 ②13:30～15:30
*①②いずれかのみ利用可
*9月13日(水)の午後、18日(月・祝)は休み
対 乳幼児と保護者(市民優先)
*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임

期 9月13日(水)10:00～12:00
対 6カ月までの子どもと保護者
▶ベビーデー

期 9月21日(木)10:00～12:00、13:30～15:30
対 11カ月までの子どもと保護者

②満1歳のお誕生会&食育ミニ講座
期 9月27日(水)10:15～11:45

対 9月に1歳になる子どもと保護者
申 9月1日(金)10:00から

③にこにこ子育て講座～イヤイヤ期からの子育てポイント～

期 9月28日(木)10:00～12:00
対 子育て中かその予定の父母、祖父母 冊 無料(5カ月以上の未就学児)
*事前申込必要
申 9月1日(金)10:00から

④親子で遊ぼう!
ホップ!ステップ!!ジャンプ!!!

～あつまれ!メイトム外庭～

期 10月3日(火)10:00～11:30
対 1歳6カ月以上の未就園児と保護者●持参品＝お茶、タオル、動きやすい服装・靴、帽子

申 9月12日(火)10:00から

②～④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「ふらっこ」
インスタグラム



子どもプレーパーク



自然の中で自由に活動できる冒険遊び場。誰でも自由に参加できます。参加無料。

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



保護者同士の情報交換と、遊びを通じた子ども同士の交流の場です。市内には、地域の有志によって運営されている21の子育てサロンがあります。自分に合ったサロンを見つけてみませんか。

おはなし会
～赤ちゃんから子どもまで～
入場無料



赤ちゃんのおはなし会

期 9月1・8・15・22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 9月1・8・15・22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(メイトム宗像内)

おはなし会 絵本の読み聞かせやパネルシアター他。

▶ 期 9月9日(土)14:30～(30分以内) 所 えほんのへや

▶ 期 9月23日(土・祝)11:00～(30分以内) 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
事前申込必要



離乳食作りの紹介と実演。管理栄養士の個別相談。

期 9月27日(水)、10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)

申 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～事前申込必要



講座に参加して、妊娠期間を快適に過ごしましょう。

期▶9月1日(金)＝2コース「安産体操と産後の体について」

▶9月15日(金)＝3コース「妊娠中の栄養について考えてみよう」

▶10月6日(金)＝4コース「赤ちゃんを迎える準備をしようII」

●時間＝13:30～15:00(受付13:15～) 所 メイトム宗像

申 問 子ども家庭センター 子ども保健係 ☎(36)1365

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 むむハブ。

(広告)

～健康で暮らせる家づくり～
シロアリ対策をお考えの際はご相談ください

株式会社 宮崎

〒811-3431 宗像市田崎5-4-3
TEL 0940-36-2464 FAX 0940-36-5945
Email info@miya-tech.net ホームページ http://miya-tech.net

直葬 90,000円 (税込 99,000円)
家族葬 350,000円 (税込 385,000円)

まずはご相談
事前相談受付中
もしもの時も...

浄楽苑 宗像斎場内の式場を使用

365日24時間通話無料 いつでもご連絡ください。

めもわーる華

0800-600-8700

(事業所)北九州市小倉北区長浜町12-6



【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4年度の人権標語を毎号紹介します。(13～15ページ)。問 人権対策課 ☎(36)1270

花がさく たえない笑顔 目標に(奥野光・吉武小5年)

大丈夫? 君の言葉で 救われる(池田桜・赤間小5年)

ひとり親家庭の就業支援

【調剤薬局事務講習会(資格取得)】
 期 11月7日(火)～12月12日(火)の間の火・木曜日9:30～12:30
 *全10日 所 田川総合庁舎(田川市)
 定 書類選考で8人(応募者少数時は中止の場合あり) 料 無料*別途テキスト代4,000円必要 電 無料(1歳～未就学児。申込必要)
 日 10月17日(火)
 *詳細は(福)福岡県母子寡婦福祉連合会HPで確認を
 申 閩マンパワーグループ(株)
 ☎092(741)9531

宗像市茶道協会 随時会員募集
～流派は問いません～

【茶会(正礼会)】期 10月8日(日)10:00～15:00 所 宗像ユリックス
 料 チケット3,500円(枚数制限あり)*濃茶、薄茶、弁当付き 日 9月15日(金) 閩同協会(川手) ☎(32)4788

令和5年度認知症サポーター
スキルアップ研修

期 10月18日(水)10:00～16:00
 所 クローバプラザ(春日市)
 定 認知症サポーター養成研修修了者 料 無料 閩福岡県社会福祉協議会 ☎092(584)3351

第8回 いのちのリレーポスター
コンテスト

●内容=臓器提供意思表示カードのデザイン募集 閩県内に在住か通勤・通学している人 日 9月27日(水)
 *申込方法など詳細は、福岡県腎臓病患者連絡協議会HPで確認を
 閩同コンテスト実行委員会 ☎092(432)5577

福岡刑務所 第38回九州矯正展

期 ▶9月23日(土・祝)9:30～16:00
 ▶9月24日(日)9:30～15:00
 所 福岡アイランドシティフォーラム(福岡市) ●内容=矯正行政に関するパネル展示、刑務所作業製品の展示・即売、性格検査、バーチャル刑務所見学、各種ステージイベント、他
 料 無料 閩福岡刑務所処遇部作業部門 ☎092(932)0395

ウイルス性肝炎に関する
講演・シンポジウム・個人相談

期 10月21日(土)13:00～16:30
 所 電気ビル共創館(福岡市)

●講師=井出達也さん(福岡県肝疾患相談支援センター長)、他 料 無料
 ●WEB配信=11月1日(水)～30日(木) 閩 閩久留米大学病院福岡県肝疾患相談支援センター
 ☎0942(31)7968

初心者向けガーデニング教室
受講者募集

期 11月16日(木)、17日(金)9:30～15:30 所 福岡県緑化センター(久留米市) 定 抽選で20人 料 無料 日 10月20日(金) 申 ①郵便番号②住所③氏名④電話かFAX番号を明記して▶ハガキ(〒839-1213/久留米市田主丸町益生田1125)▶F 0943(72)1558 閩同センター ☎0943(72)1193
 *祝日を除く月曜日休館

労働問題の相談は「県労働委員会・県福岡労働者支援事務所」へ

▶労働組合と使用者との労働問題の相談、あっせん= 閩県労働委員会事務局 ☎092(643)3980
 ▶労働者個人と使用者との労働問題の相談、あっせん= 閩県福岡労働者支援事務所 ☎092(735)6149

福岡県若者自立相談窓口
～若者の次の一歩を応援します～

期 毎週月～土曜日10:00～19:00
 *祝日、年末年始を除く 所 県筑紫総合庁舎(大野城市) ●相談対応=訪問、来所(事前申込必要)、電話、メール*詳細は県 閩「若まど」で確認可 閩高校中退や不登校などで進路が定まっていない若者とその保護者
 *上記以外の若者の相談も可 料 無料 閩県若者自立相談窓口 ☎092(710)0544

戸畑高等技術専門学校 溶接科
令和5年度10月入校生募集

●訓練開始=10月3日(火)*6カ月間 閩修了後、関連職種へ就職を希望する人 定 20人 料 無料(別途、教科書代など必要) 日 9月15日(金)
 閩同校 ☎093(882)4306

ポリテクセンター福岡・飯塚
訓練受講生(11月入所生)募集

【福岡】金属加工技術科、他 日 10月11日(水) 閩ポリテクセンター福岡 ☎093(641)6909
 【飯塚】住環境コーディネーター科 日 10月5日(木) 閩ポリテクセン

情報ステーション

詳細は各問い合わせ先へ

*申込方法応募事項は11ページで確認を

講座・イベント

いせきんぐ宗像で
博物館浴しよう!



九州産業大学と連携して、博物館や歴史公園を利用したリラックス効果(血圧や脈拍の変化)を測定するワークショップです。
 期 10月12日(木)10:00～14:00
 所 いせきんぐ宗像 閩40分以上のウォーキングが可能な65歳以上の市民 定 先着18人 料 無料 ●申込開始=9月7日(木)10:00から 閩電子申請 閩世界遺産課 ☎(62)2600



いせきんぐ宗像(田熊石畑遺跡)

ター飯塚 ☎0948(22)4988
 【共通事項】 閩ハローワークに求職申し込みをしている人 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

令和5年度
後期調理技術技能評価試験

日 10月6日(金) ●実施調理=日本料理、西洋料理、麺料理 閩調理技術技能センターが配布する申請書で申し込む 閩(公社)調理技術技能センター ☎03(3667)1867 *月～金曜日9:00～17:00
 *詳細は同センターHPで確認を

建設業退職金共済制度

建設業の事業主が掛金を積み立て、労働者の退職時に労働日数に応じて支払われる国の退職金制度。
 *日額320円*電子申請での納付可*詳細は「建退共」HPで確認可 閩(独)勤労者退職金共済機構 ☎03(6731)2866

第78回福岡県美術展覧会

期 9月5日(火)～10月1日(日)10:00～18:00 *日程で展示物が

健康づくりの第1歩
歩こう会



釣川の水源・平山天満宮の大楠(県天然記念物)彼岸花鑑賞コース【7km】
 期 9月24日(日)9:00受付(吉武コミセン)、12:00終了*雨天中止。実施の有無は8:40以降に確認を
 ●持参品=水筒、タオル、帽子、歩きやすい靴・服装
 閩吉武地区コミュニティ ☎(32)5904

初心者・ファミリー大歓迎
宗像ハゼ釣りまつり



期 9月30日(土)7:30～12:00
 所 道の駅むなかた・釣川河口沿い
 ●内容=釣り、検量、ごみ拾い、稚魚放流(子ども対象)、表彰・抽選会
 定 先着100人 料 1人500円(弁当・お茶付き) ●募集期間=9月8日(金)～26日(火)
 閩電子申請(道の駅むなかたHP) 閩道の駅むなかた ☎(62)3024

異なる 閩福岡県立美術館(福岡市)
 *9月11日(月)・19日(火)・25日(月)は休館
 料 一般400円、高・大学生200円、小・中学生無料
 閩同館 ☎092(715)3551

アイヌの方々のための電話相談

期 月～金曜日9:00～17:00
 *祝日・年末年始を除く
 料 無料*匿名可、秘密厳守
 ●相談専用番号= ☎0120(771)208 閩(公財)人権教育啓発推進センター ☎03(5777)1802

バスの
車内事故防止についてのお願い

●バスの走行中に席を離れると、転倒などのけがをする場合があるため危険です。降車するときは、バスが停留所に着いて扉が開いてから席を立ってください。
 ●満席のため立って乗車するときは、吊革や握り棒を必ず掴んでください。
 閩九州運輸局福岡運輸支局(一社)福岡県バス協会 ☎092(431)9704

(広告)



建物解体

解体工事!
産廃リサイクル!
不動産 仲介・売買!

無料相談会(遺言・相続を中心に)

9/1(金)・9/15(金)・9/22(金)・10/6(金)・10/20(金)
 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



困ったことは何でもご相談下さい。
 福岡県行政書士会所属 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。お電話お待ちしております。

世界中 みんなが 笑える その日まで(川原九州男・吉武小5年)
 怖いのは 冷たい視線 差別の目(有田珠理・日の里西小5年)

個性を大事に 十人十色の 笑顔さく(小宮理子・赤間小5年)
 一言で 傷つく人も いるんだよ(大瀬寛成・日の里西小5年)

伝言板

詳細は各問い合わせ先へ

福岡県 出荷資材高騰対策事業

●内容＝出荷資材経費の一部を助成
①県内に居住か本社があり、次のいずれかに該当する業者＝▶出荷資材経費の低減に取り組む農林漁業者 ▶ワンヘルス認証を取得した農林漁業者と加工業者 ②県福岡農林事務所農業振興課 ☎092(735)6125

障がい者・高齢者のための 成年後見講座、無料法律相談会

【成年後見講座】
期 9月23日(土・祝)
10:00～12:00 ●講師＝西面圭吾(さいめん・けいご)さん(福岡労働局社会保険労務士) ●テーマ＝障がい

者が働くということ—就労支援制度について—
①期先着30人 ②無料
【無料福祉・法律相談会】
期 9月12日(火)9:00～12:00
*相続、遺言、障がい者後見など
【共通事項】所メイトム宗像 ③市民 ④宗像地区成年後見研究会(中村) ☎080(5249)8924

日本赤十字九州国際看護大学 図書館休館

期 9月13日(水)～14日(木)
*館内特別整理のため
期 同大学図書館 ☎(35)7002

オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)のための研修会

期 9月24日(日)13:00～15:00
所メイトム宗像 ●内容＝オストメイトの福祉制度の学習②と体験交流
③市民 ④無料 ⑤(公社)日本オストミー協会福岡県支部(横手) ☎090(8622)1315

令和6年度 福岡県農業大学校 養成科学生募集

期▶オープンキャンパス開催日＝10月7日(土)▶養成科願書受付期間①推薦入学試験＝9月8日(金)～9月22日(金)②一般入試試験＝11月10日(金)～11月24日(金)
期 福岡県農業大学校 ☎092(925)9129

戦没者遺児による 慰霊友好親善事業 参加者募集

●内容＝父などが戦没した旧戦域を訪れ慰霊追悼を行い同地域の住民と友好親善をはかる
①先の大戦で父などを亡くした戦没

者の遺児 ②10万円 ③県遺族連合会事務局 ☎092(761)0012
*実施地域・日程などの詳細は(一財)日本遺族会事務局へ問い合わせを
期 同事務局 ☎03(3261)5521

特設人権相談

期 9月20日(水)10:00～15:00
所 市役所 ●相談内容＝隣近所とのトラブル、学校や職場のいじめ・差別、家庭内の悩みなど人権に関わる問題 ●相談担当＝市人権擁護委員
④無料 *事前予約不要
期 人権対策課 ☎(36)1270

シルバー人材センター会員募集

【10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▶11日(水)・25日(水) 同人材センター*いずれも13:30～
①おおむね60歳以上の市民
*詳細は同人材センター ②で確認を
期 シルバー人材センター ☎(33)1151

第29回 宗像教職員文化作品展 「生活と文化のいぶき」

期 9月23日(土・祝)～30日(土) 10:00～17:00 *23日(土・祝)は13:00から、30日(土)は16:00まで。25日(月)休館
所 宗像コリックス ③無料 ④同展実行委員会事務局 ☎(36)2203

「女性のための教育・訓練賞」雇用・生活水準向上を目指す女性支援

①家計を支えながら大学・専門学校・職業訓練校などに在籍中か入学予定(通信教育可)で経済的支援を必

要とする女性 *1人10万円支給
②1人 ③9月30日(土) *詳細は国際ソロプチミスト宗像 ④で確認を
期 国際ソロプチミスト宗像(石松) ☎090(3798)0605

竹林整備ボランティア 9月の体験会 参加者募集

期 9月3日(日)・18日(月・祝) 8:30～12:00 *雨天中止
所 宗像コリックス隣の竹林(宗像コリックスP4駐車場に8:30集合)
●内容＝竹の伐採・運搬・粉碎・集積などの作業体験 ●持参品＝作業着、軍手、運動靴 ③無料 ④宗像里山の会(武重) ☎090(1927)2437

好きな画材で自由に絵を描こう 「むなかた絵画同好会」会員募集

期 毎月第2・4金曜日14:00～16:00 所 日の里コミセン
①1カ月750円 ②同会(青井) ☎090(4359)5757

講習と実技を通じて 犬のしつけ方を学びませんか

期 所▶講義＝10月4日(水) 県宗像・遠賀保健福祉環境事務所▶実技＝10月11・18・25日(いずれも水曜日)ふれあいの里(遠賀町) ③全4回参加できる人。未受講者優先。健康で畜犬登録、狂犬病予防注射済の犬 ④先着10組 ⑤無料
●申込期間＝9月6日(水)～8日(金) ⑥同事務所 ☎(47)0344

宗寿園 10月のイベント情報

期▶舞踊＝9・23日*いずれも月曜日▶体操＝毎週水曜日▶囲碁大会＝13日(金) ⑦宗寿園 ☎(33)2761

9月生まれの むなかたベイビー

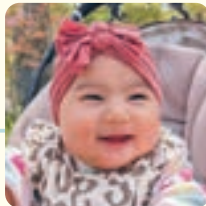
今月お誕生日を迎える 宗像の子どもたち。すくすく元気に育ってね。



指方颯太ちゃん 1歳(東郷)



長谷川緒海ちゃん 1歳(赤間)



近藤悠羽ちゃん 2歳(赤間西)



樋口乃彩ちゃん 2歳(自由ヶ丘)



甲斐田楓真ちゃん 3歳(河東)



北原幹菜ちゃん 3歳(自由ヶ丘)

【掲載募集】令和6年3月の掲載分を募集します。①抽選で6人(初回優先) ②掲載時3歳まで ③毎月20日 ④秘書政策課お誕生日担当 ☎(36)1292 申し込みはこちら



俳句 選者：梯寛
四塚てふ青嶺仰ぎて鉄を打つ (松本司・赤間西)
ゆるゆると暮れゆく一日豆の飯 (藤原輝子・東郷)
こぼれ菽老女ひとりにバス停まる (重松光江・自由ヶ丘)
登校を見守る母と親燕 (内田学・自由ヶ丘)
鎌首を落とし蝮蛇の剥身乾す (早川拙州・玄海)

短歌 選者：大西晶子
川下り竹笠あげて見上ぐれば 岸の栴檀淡く咲きてをり (原口融・日の里)
ストーブもそろそろおさらば外に出て 春の暖気を一杯浴びよう (西野益夫・日の里)
カレンダー余白におどる赤い文字 ポット洗浄 通院予定 (新倉正成・玄海)
咲き出したひまわり揺らす風のおと 茎を折らぬか眠れずに聞く (浅野路子・自由ヶ丘)
吐き出した言葉はこころ裏腹の 耳なし法師足のうらみ (早川祥三・玄海)
ほら貴方車足元気をつけて (白木スミカ・赤間)
煽られて束ねて軽き浮世かな 手を上げて渡る帽子に初夏の風 (独活乃枯朴・玄海)
美人薄命ずっと気にして妻長寿 (田中幸子・自由ヶ丘)
苦労した過去は語らぬ笑い皺 (櫻木山彦・河東)

川柳 選者：吉田ゆたか
四塚てふ青嶺仰ぎて鉄を打つ (松本司・赤間西)
ゆるゆると暮れゆく一日豆の飯 (藤原輝子・東郷)
こぼれ菽老女ひとりにバス停まる (重松光江・自由ヶ丘)
登校を見守る母と親燕 (内田学・自由ヶ丘)
鎌首を落とし蝮蛇の剥身乾す (早川拙州・玄海)

川柳 選者：吉田ゆたか
ほら貴方車足元気をつけて (白木スミカ・赤間)
煽られて束ねて軽き浮世かな 手を上げて渡る帽子に初夏の風 (独活乃枯朴・玄海)
美人薄命ずっと気にして妻長寿 (田中幸子・自由ヶ丘)
苦労した過去は語らぬ笑い皺 (櫻木山彦・河東)

声かけて 心のランプに 灯をつけよう(江頭結愛・赤間小5年)
考えて ほんとにそれは 笑いごと?(恩塚菜帆・城山中8年)

その言葉 自分に向かって 言えますか?(大久保玲・河東中8年)
聞かせてよ「なんでもない」のそのおくを(山下さくら・玄海中9年)

カザンラック民族舞踊団が4年ぶりに来日!

サニックスプレゼンツ

ブルガリアフェスティバル2023



グローバルアリーナで2001年から開催されている「ブルガリアフェスティバル」。多彩なステージや料理などを通じて、世界各国の文化の魅力に触れられる国際交流イベントです。

今年、市とパートナーシップ協定を結んでいるブルガリア・カザンラック市の民族舞踊団が4年ぶりに来日します。宗像にいながら世界と触れ合える非日常の空間をお楽しみください。

* 諸事情で内容が変更になる場合あり
 問▶グローバルアリーナ ☎(33)8400
 ▶文化スポーツ課 ☎(36)1540



舞踊団の華やかなステージ

ワールドフェスティバル

カザンラック民族舞踊団をはじめとした各国の音楽・踊りなどのステージや、世界の屋台料理が楽しめる3日間。施設内のショップやベーカリーでは、ブルガリアのワイン、はちみつ、バラの化粧品、パンを販売します。

期 9月16日(土)～18日(月・祝) 11:00～15:00 * 入場無料

所 グローバルアリーナ・イングリッシュガーデン

* 詳細はグローバルアリーナHPで確認を



世界各国の料理もお楽しみに

カザンラック民族舞踊団・宗像ユリックス公演

1947年創立、ブルガリアで最も長い伝統を誇る舞踊団が宗像ユリックスのステージに帰ってきます。

期 9月24日(日) 13:30 開演

所 宗像ユリックス・ハーモニーホール

●チケットの購入=(株)グローバルアリーナ ☎(33)8400 か、宗像ユリックス事業部 ☎(37)1483 へ問い合わせを

●ブルガリア物産展同時開催=同ホール前ロビー(12:00～15:30)



宗像ユリックスで本物の民族舞踊に触れてみませんか

日頃の感謝を込めて

鐘の岬活魚センター 15周年祭



食のまち宗像だからこそできる、あなご・アマダイ・イカといった新鮮で旬の水産物を楽しめるイベントです。

期 9月30日(土) 9:00～16:00

* 雨天決行、荒天中止

所 宗像漁業協同組合・鐘の岬活魚センター

イベント内容

宗像漁協の新商品案内、旬のお魚即売会、キッチンカー販売、他

問▶宗像漁業協同組合 ☎(62)1500 ▶水産振興課 ☎(36)0031



旬の水産物を堪能しましょう

新型コロナワクチン

* 8月14日時点

9月から秋開始接種が始まります



生後6か月以上のすべての人を対象としたオミクロン株対応ワクチン接種が9月から始まります。5月から8月までにオミクロン株対応ワクチン接種を受けた人も対象です。

- 接種開始日=9月20日(水)
- 使用ワクチン=オミクロン株(XBB.1.5)の1価ワクチン
- *「12歳以上」「5歳～11歳」「6か月～4歳」の年齢で使用するワクチンが異なる
- 接種費用=無料(自己負担なし)
- 接種券=9月上旬から国が定める接種間隔に合わせて、対象者へ順次発送
- *市からすでに送付している接種券を持つ人は、お手元の接種券をそのまま使用(再発送なし)
- *接種券を紛失した人、前回接種後に転入した人は発行申請が必要
- 接種方法=医療機関での個別接種・公共施設での集団接種
- *予約方法など詳細は市HPかコールセンターで確認を
- 問 宗像市新型コロナワクチン接種コールセンター ☎0120(201)685 * 8:30～17:00(土・日曜日、祝日を含む)



↑市長の活動
 ブログや過去の
 記事はこちら



伊豆美沙子市長

「お互い様」や「相互扶助」が根付く宗像市。誰もが、いつまでも笑顔でいられるまちづくりの実現を目指しています。

問 秘書政策課 秘書係

☎(36)0890

お年寄りが安心、安全に暮らせ、外出できるまちづくりには、助け合いの仕組みづくりが欠かせません。市民協働なくしては実現できない課題です。

高齢化社会が進むにつれ認知症の人も増加しています。他者との交流が多い人ほど、日常的に脳が刺激され、認知症になりにくいといわれています。

私たちは「人様に迷惑をかけないように」と教えられてきましたが、どうしても迷惑をかけてしまいます。一方「人は迷惑をかけ合うものだから、助け合って生きよう」と教える国があります。高福祉社会実現に向けたキーワードだと思います。

人は迷惑をかけ合って生きています?



県小児救急医療電話相談
 (病気・けが・薬・応急処置など)

◆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

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)
 9月中旬～10月中旬

- 9月
- 17日(日) おおしろ脳神経外科(南郷) ☎(39)3346
 - 18日(月・祝) 桑原整形外科医院(福津市) ☎(42)0020
 - 23日(土・祝) 東郷外科医院(東郷) ☎(36)4146
 - 24日(日) まつばら整形外科(南郷) ☎(39)7811
- 10月
- 1日(日) 渡辺整形外科医院(河東) ☎(32)2600
 - 8日(日) 東郷外科医院(東郷) ☎(36)4146
 - 9日(月・祝) 宗像水光会総合病院(福津市) ☎(34)3111
 - 15日(日) 葉山クリニック(赤間) ☎(39)3050

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
- 働きたくても働けない、住むところがない、家計が苦しいなどの相談。
- ◆①②共通事項
- 所 市役所 期月～金曜日 8:30～17:00

- ◆心配ごと相談
- 日常生活のあらゆる心配ごと。法律に詳しい相談員が対応。
- 所 期▶自由ヶ丘コミセン=9月21日▶市役所=9月14・28日、10月5日
- *いずれも木曜日10:00～15:00 社会福祉協議会 ☎(37)1300
- ◆補聴器相談
- 所 市役所本館1階・相談室
- 期 9月13日(水)・15日(金)・26日(火)、10月11日(水)
- *いずれも10:00～12:00 ☎(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

