

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〒番号・住所③氏名④電話番号

お知らせ・募集

市食育講演会
食と命「最初の一口から最後の一口まで」

私たちの体をつくり心を育む大切な食。生涯を通して食を楽しみ、元気で長生きするためのヒントを聞いてみませんか。

期 平成31年1月18日(金)
 14:00～16:00
 (受付は13:45～)

所 メイトム宗像・多目的ホール 対 市民

定 200人 * 事前申込必要
 料 無料

託 無料(5カ月～未就学児)

申 平成31年1月10日(木)

問 健康課 ☎(36)1187



講師の大部正代さん(中村学園大学教授)

生活習慣病予防教室「動脈硬化予防コース」

自分に合った生活習慣を、講話、運動、検査や食事を通して学ぶ全4回の教室を開催します。

期 ①保健師・栄養士の講話=平成31年1月31日(木)13:30～16:00 ②家でできる運動=2月14日(木)13:30～15:30

③動脈硬化の検査=希望日選択(2月5・7・12・19・21・26日) ④講話・調理実習=3月14日(木)10:00～13:00

所 ▶①②④河東コミセン ▶③宗像医師会病院・健診センター 対 次の全てに当てはまる人 ▶LDLコレステロールが120～179mg/dl ▶HbA1cが5.6～6.4%か、空腹時血糖値が100～125mg/dl ▶収縮期血圧が130～159mmHgか、拡張期血圧が85～99mmHg ▶①～④全てに参加できる人 定 先着40人 料 無料

申 平成31年1月10日(木)

問 健康課 ☎(36)1187

生ごみ堆肥化講座

【基礎講座】期 所 申 平成31年1月11日(金)自由ヶ丘コミセン ☎(32)5594

*ダンボールコンポストセットをプレゼント(年間1世帯1セット限り)

【フォロー講座】期 所 申 1月13日(日)河東コ

ミセン ☎(35)1837

*基材をプレゼント(年間1世帯1基限り)

【ダンボールコンポストのつどい(堆肥化の相談受付)】期 所 問 1月9日(水)河東コミセン ☎(35)1837

*つどい=事前申込不要

*時間は各講座いずれも10:00～11:30

問 環境課 ☎(36)1421

**年末年始に「Munakata Free Wi-Fi」
 「公共施設予約サービス」を
 一時停止します**

下記のとおり一時停止します。みなさんの理解と協力をお願いします。

●Munakata Free Wi-Fi【大島地区のみ】(市庁舎停電のため)期 12月29日(土)9:00～平成31年1月2日(水)14:00

●公共施設予約サービス(メンテナンス作業のため)期 12月29日(土)9:00～同30日(日)18:00 * 予定より早く作業が終了した場合は速やかにサービスを再開します

問 総務課情報化推進係 ☎(36)5444

まちの伝言板

詳細は各問い合わせ先へ



宗寿園1月のイベント情報

期 ▶舞踊=9日(水)、17日(木)、18日(金) 19日(土)、22日(火) ▶囲碁=11日(金)
 ▶演奏=23日(水) ▶剣舞=25日(金)
 ▶カラオケ=29日(火)
 問 同園 ☎(33)2761

**認知症の人と家族、地域の人らの居場所
 「オレンジカフェ in 宗寿園」**

期 平成31年1月30日(水)10:00～12:00
 所 宗寿園 料 200円 * 上履きの持参を
 * ボランティア団体「花いちもんめ」が実施。専門職員の相談コーナーあり
 問 宗像市社会福祉協議会 ☎(37)1300

福岡県心身障害者扶養共済制度

障がいのある人を扶養している保護者が万一(死亡・重度障害)のとき、障がいのある人に一定額を支給する県の制度です。随時受付。
 対 ▶加入者=心身障がい者を扶養している65歳未満の保護者で、生命保険に加入できる健康

状態の県民

▶心身障がい者=①身体障害者手帳1～3級の人 ②知的障がい者 ③精神か身体に永続的な障がいがあり、①②と同程度と認められる人

●年金額=月額2万円程度/1口

問 市福祉課 ☎(36)3135、F(36)5856

**家族塾「みどり」
 「統合失調症に対する薬物療法について」
 講師/山本タカタさん(福岡病院講師)**

期 平成31年1月25日(金)13:30～16:30(受付は13:00～) 所 古賀市役所 対 宗像・福津・古賀市、新宮町在住で精神に障がいがある人の家族 料 200円 申 平成31年1月18日(金)17:00 問 地域活動支援センター「みどり」☎(34)9750

**2年に1度の届け出を
 ①医師、歯科医師、薬剤師
 ②保健師、助産師、看護師、歯科衛生士ら**

対 ①は各就業有無にかかわらず提出を ②は各免許にかかる業務に従事している人

申 平成31年1月15日(火)

問 県内の保健所、保健福祉環境事務所 * 県HPで届出用紙ダウンロード可

問 ①県保健医療介護総務課 ☎092(643)3238

②県医療指導課 ☎092(643)3276

会員募集!

**あなたの経験と知識が役立ちます
 「シルバー人材センター1月の入会説明会」**

期 所 ▶9日(水)・23日(水)/同センター ▶16日(水)/東郷コミセン ▶17日(木)/河東コミセン * いずれも13:30～
 対 60歳以上の市民 * 詳細は(公社)宗像市シルバー人材センター HP <http://munakata-sc.com/> で確認可 問 同センター ☎(33)1151

**労働問題は県労働者支援事務所、
 県労働委員会へ相談を**

●労働問題全般の相談、あっせん=労働者支援事務所 ▶福岡 ☎092(735)6149 ▶北九州 ☎093(967)3945
 ●労働組合と使用者との労働問題のあっせん=労働委員会 ☎092(643)3980

**地雷撤去のため
 書き損じ・未使用のハガキ、未使用の切手、
 未使用のテレホンカードを収集します**

回収後換金して地雷撤去団体に寄付します。ハガキ3枚で1㎡の撤去費用になります。
 ●送付先 = 〒814-0002 福岡市早良区西新1-7-10-702 問 カンボジア地雷撤去キャンペーン事務局 ☎092(833)7575

(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

【施設概要】■事業主体・運営会社/株式会社キューテン・グッドライフ東福岡■類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)■居住の権利形態/利用権方式■利用料の支払い方法/選択方式■入居時の要件/入居時自立・要支援・要介護■介護保険/福岡県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■介護に関わる職員体制/2:1以上 * 夜間最少職員体制 介護職員1名 看護職員1名

九電ケアタウンの介護
 介護専用棟
見学・相談承り中!

見学・相談会ご希望の方は、
 事前に電話にてお申込み下さい。
☎0120-290-873

目指すのは「ほんとにありがとう」



住所/〒811-3214 福岡県福津市花見が丘3丁目28番2号
 ホームページを更新しました。 **九電ケアタウン** **検索**

ありがとう そのひと言で あったまる(榎崎美澄・東郷小4年) いじめはね やさしさあれば なくなるよ(三牧寛太郎・赤間西小4年)
 ごめんねと 正直に言うと 気持ちいい(宮本彪斗・大島小4年)