

8月13日(金)・14(土)は  
燃やすごみの収集が休みにになります

9/2  
(木)

ヘルス推進員 健康教室

「ニギニギ体操」

手を強く握り締める運動です  
握る力を高めると、脳の血液循環が高まり、  
脳と体をリフレッシュします  
いつでも、どこでも、だれでもできる健康  
づくりに最適な運動です！



講師：コロがらん本舗

時間：9月2日(木)

午前9時30分受付開始 10時～11時30分

場所：河東地区コミュニティ・センター多目的ホール

対象：河東地区にお住まいの方

持参品：運動のできる服装、室内シューズ、

タオル2枚、飲み物

必ずマスクは着用してご参加ください

ニギニギ棒をお持ちの方はご持参ください

担当：健康福祉部会 ヘルス推進員

事前申し込みは不要です

直接お越しください

お願い

ご自宅で検温をし、平熱より1℃以上高い時、体調が  
悪い時は参加をご遠慮ください

夏休みの

「かとコミ宿題Day」

夏休みの宿題をいっしょにしませんか！  
学生ボランティアの先生が優しくていねいに支援  
します。夏休みの宿題を持ってきてください。

日時：8月5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)

午前9時30分～12時

予約不要

※ 河東西小での開催は夏休みの施設開放がとりやめになっ  
たため中止になりました。

場所：河東地区コミュニティ・センター

指導者：教職員OB、福岡教育大生

対象：河東地区内在住の小学生、中学生、高校生

持参品：室内シューズ、飲み物

必ずマスクを着用してご参加ください

「かとコミ文化祭」  
作品出展募集

皆様の作品出展をお待ちしています！

① 開催日時

令和4年2月5日(土) 13:00～17:00

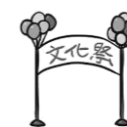
2月6日(日) 9:30～15:00

② 募集期間

令和3年8月1日～10月20日迄

※作品搬入は2月の文化祭前となります。

詳細は別途ご連絡差し上げます。



今年度もコロナ禍のため作品展示を中心とした文化祭と  
なります。コミュニティ・センターで活動されている方、  
又地域の皆様方の趣味や才能等の展示発表の場となります。  
皆様の奮ってのご出展を心からお待ちしています。

「誰にでも簡単に儲かる」に  
ご注意ください！

〈相談事例〉

SNSで知り合った人に「この方法を知れば、誰でも  
簡単に儲かる」といわれ、儲かるためのノウハウを教え  
る電子本を3,000円で購入した。しかし具体的な説明は  
何もなかった。その後「稼ぐためには30万円のサポート  
が必要。すぐに元が取れる」といわれたので借金して  
契約したが儲からない。

〈アドバイス〉

SNSがきっかけのトラブルが増えています。「簡単  
に儲かる」「すぐに元が取れる」といったうまい話をう  
のみにしないようにしましょう。  
借金してまで契約するべきか慎重に検討してください。

宗像市消費生活センター 電話 33-5454

河東地区コミュニティ運営協議会  
事務局員募集

勤務区分	昼間
募集人員	若干名 年齢65歳未満の人
仕事内容	貸館・コミュニティ活動に関する事務
資格	ワード・エクセル等のパソコン操作が可能な人、 普通自動車免許(オートマ可) 学生は除く
勤務時間	8:30～17:00の間で実働7時間のシフト制、 なお、会議等の開催により夜間の勤務をしていただ くこともあります 火曜日～日曜日のうち週3日間勤務
試用期間	1ヶ月
休日	月曜日
時給	950円
待遇	雇用保険、有給休暇、退職金支給制度あり
受付期間	8月1日～8月20日(月曜日を除く) 9:00～17:00
提出書類	履歴書(写真添付)を持参して下さい(郵送不可)
選考	書類選考の上、作文試験および面接日を連絡致します
問い合わせ	河東地区コミュニティ運営協議会事務局 電話35-1837 担当：坂本 (問い合わせは月曜日を除く)

サルの出没情報について

宗像市内でもサルの出没情報が多数  
よせられています。ご注意ください。

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

介護は突然やってきます。いざ「介護」となった時、  
戸惑わないように介護の現状を知り、仕事と介護の両  
立について考えてみませんか。

日時：9月11日(土) 午後1時30分～3時30分

会場：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)

対象・定員：市民20人(応募多数の場合は抽選)

申込み締切日：9月1日(水)

※ 託児あり(無料・要予約・5ヶ月～就学前まで)

※ 詳細は、市広報紙8月1日号をご覧ください

申込み・問い合わせ：宗像市男女共同参画推進センター「ゆい」  
電話 36-0250



各講座・講演とも、新型コロナウイルス  
感染症の影響で、延期または中止になる  
場合があります

