

9月

発行 令和6年9月1日 第135号



河東地区コミュニティ・センター
お問い合わせ、お申込みは 午前9時～午後5時
電話：0940-35-1837

住 所：宗像市須恵1丁目4-1
休 館：毎週月曜日
開館時間：午前9時～午後10時
ホームページ
<http://katou-cc.com/>

裏面は
「ふれあい河東」です

9月

9/14
(土)

かとコミあそぼうDay 「ボッチャ」あそぼう !!



日 時：9月14日(土) 14時～15時30分
※ 途中からの参加もOKです！
場 所：河東地区コミュニティ・センター 多目的ホール
対 象：河東小・河東西小児童
持参品：運動のできる服装、室内シユーズ、タオル、
飲み物
申込み：不要、当日直接お越しください
内 容：子どもたちのニーズに応じて、「ボッチャ」の他にも実施する予定です
・ニュースポーツ（スカットボール、わなげ、カローリング、ビーンボーリング 等）
・昔あそび（けん玉、お手玉）
※ 宗像市のスポーツ推進委員や地域のスポーツボランティアがお世話します
※ 地域における楽しい子どもたちの居場所のひとつになるよう願っています

「育児の共有」から繋がる幸せ 自分の生き方も大切にしたいあなたへ

仕事と3人の子育てを両立しながらキャリアを重ねてきた講師の話を聞き、これから生き方や自立した生き方について考えてみませんか
第3子は歌手のMISHAさんです
年代問わず聞いていただきたいお話です

日 時：10月2日(水) 10時～12時

会 場：メイトム宗像 結工房

講 師：伊藤 瑞子さん（小児科医）

対象・定員：市民30人（応募多数の場合は抽選）

申込締切日：9月18日(水)

※託児有 無料・要申込・5ヶ月～就学前

*10月2日時点

詳細は、市広報紙9月号をご覧ください

申込・問い合わせ先：

宗像市男女共同参画推進センター「ゆい」

電話 36-0250

毎月最終木曜日
図書館のみ休館

10/10
(木)

シニアオリエンピック 申込受付開始：9月3日(火)



健康長寿は、仲間と会うこと・笑うこと・体を動かすこと、この3つがここにあります
多くの皆様のご参加をお待ちしています

日 時：10月10日(木)
9時集合、11時30分までの予定
場 所：宗像勤労者体育センター（河東コミセン 横）
対 象：河東地区にお住まいの65歳以上の方
競技種目：6種目 ※ 徒競走はありません
「わなげ、スカットボール、ターゲットゲーム、バッゴー、RDチャレンジ、ぞうり飛ばし」
表 彰：がんばりましたで賞（金・銀・銅）
持参品：動きやすい服装、室内シユーズ、タオル、
飲み物、マスク
申込み：9月3日(火)～9月29日(日) 先着60名
電話または窓口にてお申込みください
担 当：健康福祉部会

「火災保険が使える」という 勧誘トークにご注意！

【相談事例】

「火災保険に加入していますか。保険金を使って家の壊れた箇所を修理できます。無料なので現地調査させてください」と電話があった。来訪は断ったが雨どいが壊れていて気になっているので本当に保険で修理ができるなら頼みたい気持ちもある。（70歳代男性）

【アドバイス】

台風や豪雨等の後に多くみられる手口の一つです。住宅修理や保険の申請代行サービスの契約が目的と思われ、保険金が下りたとしても高額な申請代行サービス料を請求される可能性があります。老朽化による損傷は火災保険の対象外ですし、自然災害によるものであっても加入している保険会社によって対応は違います。まずは加入している保険会社に確認しましょう。訪問販売で契約した場合は契約日より8日以内であればクーリング・オフできます。

宗像市消費生活センター 電話 33-5454

地域健診「河東会場」の お知らせ

健康課では、市民のみなさんに自分の健康状態を知るために住民健診を行っています
1年に1度の健診を習慣にしませんか
今年の河東地区コミュニティ・センターでの健診は、10月7日(月)です
みなさんからの申込みをお待ちしております

健診内容	健診日程	健診会場
特定健診 がん検診	10月 7日(月)午前	河東地区コミュニティ・センター
特定健診 がん検診 節目健診	9月28日(土)午前 10月10日(木)午前※	メイトム宗像

※ 10月10日(木)は託児あり
希望される場合は、9月30日(月)までに申込みを

◆申込方法◆

24時間いつでも予約できる
インターネット予約がおすすめ
予約はこちら ➔



市広報紙4月号と同時配付の「令和6年度保存版むなかた健康ガイド」に添付の住民健診申込はがきで申込み

◆問い合わせ先◆

市健康課 電話 36-1187

第16回みんなのまつり



11月10日(日)に開催します

ステージプログラム、大抽選会、
出店、ゲームなどを予定しています

詳しくは、10月に発行予定の
「まつり号」をご覧ください

