

1月


1月
燃やすごみ収集休み

1月1日(木)~1月3日(土)

 問い合わせ先：市役所環境課
連絡先 36-1421

**1/11
(日)**
かとコミあそぼうDay
「五目お手玉」であそぼう!! 河東西小学校

 日 時：1月11日(日) 10時~12時
※ 途中からの参加もOKです！

場 所：河東西小学校

対 象：河東小・河東西小児童

 持参品：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、
飲み物

 内 容：子どもたちのニーズに応じて、「五目お手玉」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）

申込み：不要、直接お越しください

 ※ 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

**2/3
(火)**
**食進会の料理教室
いきいき元気食 冬
～免疫アップレシピ～**

 免疫力が下がると、体を守る機能が弱まり病気に
かかりやすくなります。そこで、今回は免疫力を
高める食生活のポイントをわかりやすくお伝えします

 メニュー：麦ごはん、鮭ときのこの塩麹ホイル焼き
プロッコリーとれんこんの胡麻和え
かぼちゃの豆乳味噌スープ

果物のマリネヨーグルト添え

日 時：2月3日(火) 9時30分受付 9時50分~13時

場 所：河東地区コミュニティ・センター調理室

 持参品：エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、飲み物
筆記用具、上履き

参加費：500円

申込み：1月7日(水)~1月27日(火)

 河東地区にお住まいの方 先着10人
電話または窓口でお申込みください

担 当：健康福祉部会 食生活改善推進会

 每月最終木曜日
図書館のみ休館

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

**2/5
(木)**
太極拳と氣功
**～ストレッチから入門編
基本の部分練習～**

はじめての方も大歓迎！

どうぞ気軽にご参加ください♪

日 時：2月5日(木) 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

講 師：岡野 喜久代さん

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

飲み物

申込み：不要、直接お越しください

※体調に不安のある方は参加できません

担 当：健康福祉部会 ヘルス推進員


**1回だけのつもりが！？ 依然と
多い定期購入に注意しましょう！**

スマホで「初回980円。回数縛りなし、いつでも解約可能」という広告をみて化粧品を注文。商品が届いた1ヶ月後にまた同じ商品が届き、業者に連絡すると「初回割引を受けるために定期コースになっている。解約の場合、事前に連絡が必要」と言われた。1回だけのつもりで購入したので2回目はいらない。返品できるか？

【アドバイス】

通信販売にはクーリング・オフはありません。返品の可否や条件についての記載があればそれに従うことになります。

「定期縛りなし」「いつでも解約可能」などと表示されても、「次回発送の●●日前までに電話による解約の連絡が必要」などと条件があり、「解約の電話をしても混み合っていて電話が繋がらない」というご相談も多く寄せられていますので、注意が必要です。

注文前に契約内容を必ず確認し、「最終確認画面」をスクリーンショットで保存しましょう。

困った時には宗像市消費生活センターにご相談ください

電話 33-5454

第12回「かとコミ文化祭」開催
日時 2月7日(土)13時~17時
8日(日)9時30分~15時
会場 河東地区コミュニティ・センター

 環境イベントも合わせて開催予定
【ダツタンコ・ビンゴゲーム】
当選者には景品があります
ぜひ、ご参加ください!!

 ※出展内容、環境イベント等の詳細は、
かとコミだより2月号でお知らせします

**河東地区コミュニティ・センター
2026年度 貸館の予約受付について**
開始日：2月3日(火)

先着順で、3ヶ月先まで予約できます

2月3日の受付は、4月1日~5月3日利用分です

申込み：窓口でお申込みください

電話・FAXでの受付はできません

詳しくは、窓口へお問い合わせください

**コミュニティ・センターにおける
住民票等発行業務の終了について**

宗像市が各地区コミュニティ運営協議会に委託しておりました「住民票の写し」「印鑑登録証明書」の発行業務について、令和8年3月末で終了となります。

令和8年4月以降は証明書の発行ができなくなりますのでお気をつけください。

なお、マイナンバーカードをお持ちの方は、お近くのコンビニエンスストアで取得することができます。

問い合わせ先 宗像市市民課 電話36-1126