

2月

3月からごみの収集開始時間が戻ります
午前6時30分から収集開始
☆ 出し遅れに気を付けてください
問い合わせ：市環境課36-1421

1	土	
2	日	福祉ボランティア研修会 ふれあいバス、コミュニティバス休み
3	月	休館日
4	火	料理教室・ケアトランポリン健康教室 [広報委員会]
5	水	ヘルス健康教室
6	木	
7	金	[青少年育成部会]
8	土	男性料理教室
9	日	子ども将棋大会&かとうコミカフェ
10	月	休館日・子育てサロン河東西(河東西小)
11	火	ケアトランポリン健康教室・[広報委員会]
12	水	
13	木	
14	金	健康づくり運動教室・[区長会]
15	土	[広報委員会]
16	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
17	月	休館日
18	火	ケアトランポリン健康教室
19	水	子育てサロンかすたわっと♪(河東中)
20	木	子育てサロンどんぐり(河東コミセン) [健康福祉部会]
21	金	[三役会]
22	土	運営委員会
23	日	
24	月	休館日
25	火	ケアトランポリン健康教室
26	水	[役員会]
27	木	市民図書館休館日
28	金	健康づくり運動教室 市民図書館休館日(須恵分館のみ)
29	土	

2020年度 河東地区コミュニティセンター 一般予約のご案内

2月1日(土)より2020年4月以降のご予約を受付けます
事前に窓口で空き状況を確認のうえ、お申込みください

★一般予約 受付開始 2月1日～(随時) 午前9時～午後9時

予約は6ヶ月先までできます。
2020年2月1日の受付は2020年4月1日～2020年8月1日分になります

※先着順となります。
※電話や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

3/3 (火) 食進会の料理教室

～おうちプチフランス料理でおもてなし～
講師に樋口俊介シェフをお迎えし、簡単にできる「前菜・スープ・メイン・デザート」を教えてください

日 時：3月3日(火) 午前9時30分開始
場 所：河東地区コミュニティ・センター調理室
参加費：300円(当日集めます)
持参品：エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具
募集期間：2月4日(火)～25日(火)
申込み：河東地区にお住まいの方 先着順20人
電話または窓口でお申込みください
主 催：健康福祉部会 食進会

3/4 (水) ヘルス推進員 健康教室

「認知症予防～体験編」
今日から始めてもまだ間に合う
認知症予防について楽しく学びましょう

日 時：3月4日(水) 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
参加費：100円(当日集めます)
持参品：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、水分
主 催：健康福祉部会 ヘルス推進員

年間申込みをされていない方も参加できます
直接お越しください

2/9 (日) 子ども将棋大会

子どもの将棋大会を開催します
上位入賞者は表彰、参加者には参加賞およびかとうコミカフェで昼食も食べられます

日 時：2月9日(日) 午前9時30分～12時
場 所：河東地区コミュニティ・センター大会議室AB

↓ 同日開催!! 「かとうコミカフェ」があります ↓

子どものかとうコミカフェ

ニュースポーツ大会
2月9日(日) 開催!
午前9時30分～午後3時(予定)
(大会は午前中)

はじめての人でもだいじょうぶ!
わなげ・スカットボール・ストラックアウトなど
学年別に分かれて「今日のランキング」に挑戦しよう!
表彰がありますよ

「かとうコミカフェ」の昼食があります
メニュー：季節のカレー

地域の方々が手作りの食事を用意しています
子どもたちを地域で見守り、ふれあいの時間にしたいと思います

対 象：河東地区内在住の小学生、中学生、高校生
申込み：不要、好きな時間にいつでもお越しください

3月は 子ども野外給食
3月8日(日) 開催!

のくさの 野の草をつんで食べよう!
ちかののほらたのぼのあぜ道で「食べられる野の草」をさがし、つんで食べてみよう
(野草を集めて、野外でみんなで調理して食べます)

集合時間：午前9時30分～午後1時(終了予定)
場 所：河東地区コミュニティ・センター
参加費：無料
持参品：エプロン、三角巾、ふきん、軍手
動きやすい服装でお越しください

対 象：河東地区内在住の小学生、中学生、高校生
申込み：不要、当日のご参加お待ちしています

※雨天中止(有無の確認は当日8時50分以降に
お問い合わせください 電話35-1837)

3/25 (水) すくすくコンサート
未就園児のための親子コンサート

毎月大好評のすくすくコンサート、3月は河東コミセンで開催します! お子様のコンサートデビューに、保護者同士のお友だちづくりに、すくすくコンサートに来てみてはいかが? 人気公演ですので、お申込みはお早めに♪

フルート：榎本裕子さん ギター：近藤史明さん
♪トルコ行進曲 ♪アヴェ・マリア ♪Wait There ほか

日 時：3月25日(水) 午前10時開場 10時30分開演～11時15分終演予定
場 所：河東地区コミュニティ・センター 多目的ホール
対 象：未就園1人につき保護者1人入場可能
(未就園児でない兄弟の同伴不可)
※先着30組(定員になり次第、受付終了)
申込み：2月1日(土)～29日(土)
電話または窓口でお申込みください(河東コミセン)

認知症サポーター向けの
ステップアップ研修会

「認知症の人と心を通わせる支援を目指して」
①認知症の症状と対応、介護者・支援者として望ましい接し方
②若年性認知症の現状と支援、当事者と介護者と共にグループワーク

日 時：2月28日(金)・3月6日(金) 午後2時～4時
会 場：メイトム宗像2階 202会議室
講 師：中村益子さん
(福岡県若年性認知症サポートセンター コーディネーター)

受講料：無料
定 員：20人
締 切：2月21日(金)
申込み・問い合わせ：(福)宗像市社会福祉協議会
電話 37-1300 / ファックス 37-1393

依然と多い光回線サービスの
勧誘トラブルに気をつけて!!

電話で「インターネットの料金が安くなる」と勧誘され、「大手電話会社の新しいサービスか」と思い契約したが、別事業者との契約になっていた」等の相談が依然として多く寄せられています。「安くなる」と言われても、他のサービスとのセット契約で今の料金より高くなったり、現在契約しているサービスの解約料金が発生する場合があります。事業者名や連絡先、サービス名、解約料金など契約内容をよく確認しましょう。内容が理解できない、必要がないときはきっぱり断りましょう。契約書面を受け取ってから8日間は「初期契約解除制度」により契約解除できます。

宗像市消費生活センター 電話 33-5454