

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

3月

1	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
2	月	休館日
3	火	料理教室・ケアトランポリン健康教室 [広報委員会]
4	水	ヘルス健康教室
5	木	
6	金	[青少年育成部会]
7	土	
8	日	かとコミカフェ
9	月	休館日
10	火	ケアトランポリン健康教室・[広報委員会] 子育てサロン河東西(河東西小) [広報委員会]・[まちづくり部会]
11	水	
12	木	
13	金	健康づくり運動教室・[区長会] 中学校卒業式
14	土	
15	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
16	月	休館日
17	火	ケアトランポリン健康教室・[広報委員会] 小学校卒業式
18	水	
19	木	子育てサロンどんぐり(河東コミセン) [健康福祉部会]・[環境整備部会]
20	金	[三役会]
21	土	
22	日	
23	月	休館日
24	火	ケアトランポリン健康教室 小中学校修了式
25	水	ユリックス出前コンサート・[役員会]
26	木	市民図書館休館日
27	金	健康づくり運動教室 毎月最終木曜日 図書館のみ休館
28	土	
29	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
30	月	
31	火	

子どもの
 かとコミ
 カフェ
子ども野外給食

3月8日(日) 開催!

野の草をつんで食べよう!

近くの野原や田んぼのあぜ道で「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 広場
 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中学生、中学生、高校生
 申込み：不要、当日のご参加お待ちしております

ぜひ保護者の方も
 お子さんと一緒に
 参加されませんか?
 (子どものみ
 でもOK)

※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)

子ども囲碁将棋教室のご案内

令和2年度を受講生を募集します

囲碁将棋に興味のある人、友達や大人と対局してみたい人など、ぜひ来てみてください。

開催日：毎月第2・第4土曜日(4/11(土)開講式)
 午後2時～4時
 場 所：河東地区コミュニティ・センター会議室
 対 象：小学生、中学生
 受講料：無料
 申込み：3月3日(火)受付開始
 電話または窓口でお申込み下さい

参加者
 募 集

令和2年度
健康づくり運動教室のご案内

日 時：下記日程(原則第2・第4金曜日)
 4/10・24、5/8・22、6/12・26、7/10
 8/28、9/11・25、10/9、11/13・27
 12/11、1/8・22、2/12・26、3/12・26
 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：1回500円(毎回集めます)
 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：①認知症予防のための筋トレ・脳トレ
 ②座位での転倒予防のためのゆったり筋トレ
 ③元気ハツラツ脳トレ

講 師：株式会社コロからん本舗 勝田先生、福本先生、田代先生
 申込み：令和1年度参加の方は申込み不要
 新規申込みの方のみ、3月3日(火) 受付開始
 3月31日(火)締切(登録制)
 電話または窓口でお申込みください

主 催：健康福祉部会

※ヘルス推進員主催の健康教室ではありません

予告

たけのこほり

毎年、春のお楽しみ! 旬のものを頂きましょう

場 所：平等寺の竹山
 日 時：4月12日(日) 午前9時30分集合、10時～12時
 ※雨天中止
 申込み：4月2日(木)受付開始
 電話または窓口でお申し込みください

☆ 詳しくは、かとコミだより4月号でお知らせします

公売会 in むなかた

市税の滞納で差し押えた物品を、「入札」などの方法で売却する「公売会」を開催します。出品数は約150点。売却代金は滞納税に充当します。参加無料、事前申込み不要。ぜひ来てください。

日 時：3月21日(土・祝)
 開場：午後1時30分 入札：午後2時～2時20分
 会 場：メイトム宗像(宗像市久原180)
 内 容：家電、日用生活雑貨、など
 持参品：代金、本人確認ができるもの(運転免許証、健康保険証など)、認印、代金、委任状(代理人場合)
 ※代金は当日現金払いのみです。
 ※上履きがあると便利です。

問い合わせ：宗像市収納課収納係 電話：36-5392

おとこの厨房(入門編)
 ～手軽に作れる“男メシ”～

初心者でも気軽に参加できる料理教室です。栄養バランスのとれた献立を作りましょう。

日 時：4月18日(土) 午前9時～12時
 認定日：6月7日(金)
 会 場：メイトム宗像 調理実習室
 講 師：西畠 羽月さん(管理栄養士)
 対象・定員：男性(市民)16人(応募多数の場合は抽選)
 材料費：1,100円
 申込み締切日：4月1日(水)
 ※託児あり(要予約・5ヶ月～就学前まで)
 ※詳細は、市広報紙3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

運送業者とのトラブルを防ぐポイント!!
 ～春の引っ越しシーズンに向けて～

契約前には
 ・数社から見積もりを取りましょう
 ・キャンセル時の違約金を確認
 ・壊れやすいものや貴重品は自分で管理してください

引っ越しが終わったら
 ・見積もりに記載された方法で支払いましょう
 ・壁や床の傷、荷物の運び忘れがないか運送業者と一緒に確認
 ・すぐに荷物をチェックし、破損や紛失が分かれば速やかに業者に申し出ましょう
 ※トラブルになった場合は全日本トラック協会の「標準引越運送約款」を参考ください。

宗像市消費生活センター 電話 33-5454