

たのしいイベントが盛りだくさん。新・情報空間

ユリックス・サラダ

No.584

2021

4

月号

主催事業のチケット購入方法

- ◎宗像ユリックス窓口で購入 9:00から21:00まで(休館日を除く)
- ◎電話予約 宗像ユリックス事業部0940(37)1483へ
発売日は10:00から受付(FAX不可)
- 予約したチケットは郵送でも受け取り可(郵送料と振込手数料が別途必要)
- ◎宗像ユリックスのホームページからインターネットでの購入
- ◎ローソンチケット、チケットぴあ(電話または窓口)での購入(2ページ下段参照)
- ★購入・予約したチケットのキャンセル・変更はできません。ご注意ください。
- ★公演によっては例外もあります。各公演の詳細情報をご確認ください。

発行：宗像ユリックス

文化事業部 〒811-3437 福岡県宗像市久原 400 TEL 0940(37)1483 FAX 0940(37)1359
URL <https://yurix.munakata.com> E-mail info@yurix.munakata.com 公式 YouTube 始めました！古澤 巖
ヴァイオリンの昼と夜

葉加瀬太郎、ベルリン・フィルメンバーなど国内外のアーティストから熱狂的な支持を集めるヴァイオリニスト古澤 巖。

超絶技巧から紡ぎだされる至高の旋律と、のびやかで芳醇な音色。珠玉の名曲と共に孤高のヴァイオリニスト・古澤 巖の世界を旅する。

6/26(土) 昼の部 開演13:00 各30分前開場
夜の部 開演16:30

ハーモニーホール

全席指定 5,000円 ※未就学児入場不可

発売情報 会員発売4/3(土)
一般発売4/10(土)【出演】ヴァイオリン:古澤 巖
ピアノ:金益研二

＜演奏予定曲目＞ チャルダッシュ:モンティ
ヴァイオリンソナタ 変ホ長調 作品18:R.シュトラウス
序奏とロンド・カプリチオー:C.サン＝サーンス 他
※曲目・曲順は変更になる場合があります。ご了承ください。



プラネタリウム特別イベント

はやぶさ2の最新ドーム映像作品をユリックスで公開！

HAYABUSA2

～REBORN 帰還バージョン

上映日 全7回 4/3(土)・4/10(土)・4/29(木・祝) ※星座解説はありません

5/2(日)・5/4(火・祝)・5/22(土)・6/5(土)

時間 各日17:00開始(約45分間)

会場 本館2階 プラネタリウム

料金 一律500円

対象 小学生以上(未就学児入場不可)

※ユリックス スマイルクラブカード会員400円

※チケットは当日10:00よりプラネタリウム横の券売機にて販売します。

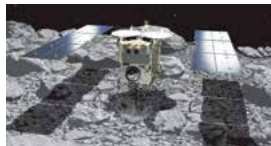
◎コロナウイルス感染症の拡大状況によって、定員の変更や延期の場合があります。
詳しくはお電話にてお尋ねください。各回
定員80人

はやぶさ2とは？

日本の小惑星探査機「はやぶさ2」は、2014年12月3日に鹿児島県の種子島宇宙センターから打ち上げられました。3年半の長旅の後、2018年6月末に目的地の小惑星「リュウグウ」に到着しました。小惑星の形状や重力を測定したほか、その表面にタッチダウンして欠片を採取することに成功しています。

そして、2020年12月6日に小惑星の欠片が入ったカプセルが地球に届けられました。カプセルの中には合計5.4gの小惑星の欠片が入っており、地球や太陽系の起源に迫ることができると期待されています。

小惑星探査機「はやぶさ2」

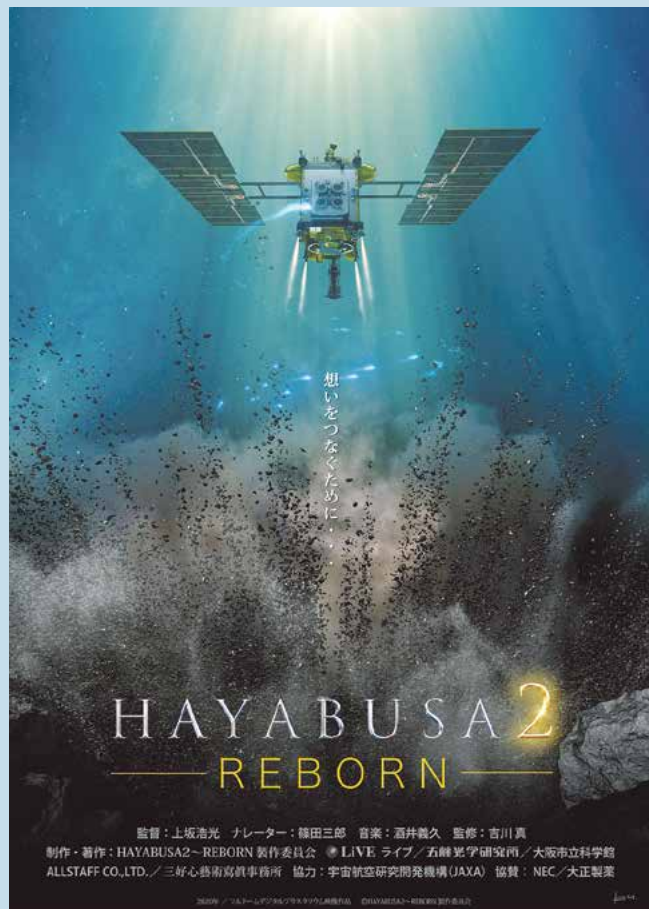


© 池下章裕

小惑星「リュウグウ」



© JAXA/ 東大など



お問い合わせ

宗像ユリックス プラネタリウム TEL 0940(37)2394

info@yurix-planetarium.jpURL <https://yurix-planetarium.jp>

私たちは、オフィシャルパートナーとして、宗像ユリックスの文化事業への協賛を通し、地域文化の振興を支援します。



一般社団法人 宗像医師会

宗像医師会病院・赤間腎クリニック・地島診療所・介護老人保健施設「よつづか」・訪問看護ステーション
ケアプランサービス・病後児デイケアルーム「すくすくらぶ」・在宅医療連携拠点事業室「むーみんネット」



縦30m
横30m

新企画
初心者大歓迎！
各回
定員100人

広々空間のイベントホール！ ソーシャルディスタンスで体を動かそう！！

4月からの新企画！イベントホールに思いっきり広がって、ステイホームの運動不足を解消しませんか！
月1回、楽しく簡単な運動をアドバイスします。

リラックスヨガ

4/8(木)

呼吸法を取り入れて、心身を整え簡単なヨガのポーズをゆっくり行い体をほぐしていきます。また、普段使われていない筋肉が伸ばされて血流が良くなり、冷えの解消や代謝の向上、内臓の働きが促進されます。

サポートセンター指導員
古賀美幸



フロアエクササイズとストレッチ

5/26(水)

床に座ってできる筋力トレーニングとストレッチです。運動が苦手な人でも、簡単なトレーニングで筋力の低下を防ぎます。痛みのない快適な毎日のために柔軟性を高めるストレッチでリラックスしましょう。

アクアドーム指導員
専頭美枝



おとなの簡単リズム運動

6/30(水)

音楽に合わせて簡単な有酸素運動と脳トレを行います。楽しい音楽で体を動かす事。そして、できると楽しい。そう！できなくとも脳は活性化します。さあ！始めましょう。

アクアドーム指導員
専頭美枝



イベント中止

新型コロナウイルスワクチン接種会場になるため
5月26日・6月30日のイベントは中止とさせていただきます。

時間：各回10:00～（60分間）
受付：各回 9:30～
料金：各回 1人500円 対象：高校生以上
会場：イベントホール

【申込方法】
アクアドームフロントで受付
10:00～（電話受付可）

※定員になり次第締め切ります。
※当日はイベントホール前にて受付をします。
※当日は動きやすい服装で、室内シューズ・ヨガマットまたはバスタオル・飲み物をご持参ください。（更衣室はありません）
※事前申し込みの方は前日までにご入金をお願いします。（当日のキャンセル返金不可）

お問い合わせ・お申し込みはアクアドームまで TEL 0940 (37) 1377 ※お申し込みの際は、休館日にご注意ください。

すくすくワンコインコンサート

— mtotoムトへのおくりもの —



出演：劇団AFRICA

6/12(土) 開場10:00
開演10:30

ハーモニーホール
全席指定 1人500円

※チケットは0歳から
※割引・ポイント付与特典は対象外

＜演奏予定曲目＞ ティリバ かawaiiあなたへ
ボンセアバ ヤンカディ マクル オレレ 他
※曲目・曲順は変更になる場合があります。
ご了承ください。

後援：宗像市、宗像市教育委員会、福津市教育委員会

2021年度のすくすくワンコインコンサート、テーマは世界旅行！
なかなか旅行にも行けないご時世だから、コンサートで世界旅行した気分になりませんか？ 第1弾は劇団AFRICAが登場！！

「mtotoムト」とはスワヒリ語で赤ちゃん・こどもを表す言葉。

全て自然の素材から出来た生音で、優しくて温かいアフリカンな空間を紡ぎだします。見るもの触るもの何もかもが初めての赤ちゃんは、人生の中で五感が最も敏感な時間。だからこそ、生の音楽に触れて欲しい。そんな想いをこめてひらく小さな人たちのためのコンサートです。

発売情報 4/10(土)発売（会員・一般とも）

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、4月は日の里コミセンで開催します！お子さまのコンサートデビューに、すくすくコンサートへ来てみてはいかが？。人気公演ですので、お申込みはお早めに♪

4/28(水) 開場10:00 開演10:30
会場：日の里コミセン

入場無料

4/1(木)9:00～受付開始

要事前申し込み

全席自由 先着10組

※未就園児1人につき保護者1人がマットに座れます。

【申込方法】 宗像ユリックス 電話のみで受付

宗像ユリックス文化事業部 TEL0940(37)1483



出演：BIBI(中西久美(フルート))&岡 直美(ピアノ)

主催：日の里地区コミュニティ運営協議会、宗像ユリックス

＜演奏予定曲目＞ 愛の挨拶 いつか王子様が
ホール・ニュー・ワールド 他

※曲目は変更になる場合があります。ご了承ください。

プレイガイド 【一部例外や売り切れなどもあります】

●ローソンチケットTEL0570(000)777【Lコード参照】(オペレーター対応10:00～18:00)またはローソン各店
●チケットぴあTEL0570(02)9999【Pコード参照】または ぴあステーション、セブンイレブン各店

ユリックス スマイルクラブ会員特典対象
チケット料金が10%引きで購入可能。また、購入金額100円ごとに5ポイント付与ができるなどの会員特典が利用できます。

ユリックス・インターネット予約購入可
宗像ユリックスのホームページから直接購入が可能。クラブ会員は同時に特典も利用できます。[<https://yurix.munakata.com>]

託児サービス(有料)がある公演です(公演によって定員があります)
各公演日の1週間前までに、宗像ユリックス窓口または、電話でお申し込みください。【文化事業部 TEL0940(37)1483】 対象：生後6カ月～小学校低学年
料金：1公演1人1,000円(ユリックス スマイルクラブ会員は無料)

臨時バスがある公演です。所要約5分(有料)
JR東郷駅日の里口から宗像ユリックス間を運行。時間は要お問い合わせ。

2021 主催事業案内

いきいき出前コンサート
潮騒ライブ

プロの生演奏を地域へお届けする「いきいき出前コンサート」を「道の駅むなかた」で開催いたします！
今回は、津軽三味線「吉田兄弟」の尺八担当であり、土笛演奏家としても活躍する山崎笠山と、東京芸術大学出身の箏奏者の宮本直美による「和楽器デュオ・邦楽コンサート」。日本歌曲からポップスまで、幅広いプログラムで和楽器の音色をお楽しみください。

4/17(土) 13:00～13:50 (12:30～受付)
会場:道の駅むなかた
(別館2階 多目的ホール)
福岡県宗像市江口1172
入場無料

★申し込み不要。会場が満席になった際はご入場できない場合がございます。
あらかじめご了承ください。また、立ち見での鑑賞もご遠慮ください。

主催:宗像ユリックス



出演:山崎笠山(尺八・土笛)、宮本直美(箏)

＜演奏予定曲目＞ 春の海 黒田節による幻想曲
コンドルは飛んでいく 他
※曲目は変更になる場合があります。ご了承ください。

ゆりつくす日曜百円寄席
～毎月第2日曜は落語の日～

4/11(日) 開場10:00 開演10:30
大和室

全席自由 高校生以上100円 中学生以下無料
※チケットは宗像ユリックス インフォメーションのみで発売。
※電話予約不可 ※割引・ポイント付与特典は対象外

毎月恒例！15年目を迎えたユリックス名物イベント。宗像落語会が誇る実力派アマチュア落語家たちが江戸落語から上方落語まで人情あふれる噺を魅力たっぷりに熱演！そしてもう一つの名物、どんなお題も作品にする粗忽家酔書による紙切りの技術に驚愕！誰でも大満足の90分間。ぜひお楽しみください！



出演:粗忽家酔書、寿亭茆町(写真)

主催:宗像落語会、宗像ユリックス

次回5月会予告
5/9(日) 開場10:00 開演10:30
大和室
■チケットは4/11(日)発売

公演をご鑑賞されるお客さまへ
感染症対策のご協力をお願いします。

- ◎検温にご協力をお願いします。
- ◎風邪の症状がある方や体調不良の方は、来場をご遠慮願います。
- ◎ご来場の際には必ずマスクの着用をお願いします。
- ◎入場口にアルコール消毒液を設置します。手指の消毒をお願いします。
- ◎歓声・声援は控え、拍手のみにしていただきますようお願いいたします。
- ◎出演者へのプレゼント、楽屋への差し入れ、出待ちはご遠慮ください。
- ◎会場の座席数を減らし、間隔を空けて販売します。

ご注意

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、公演日や営業日などが変わり、掲載内容が急きょ変更になる場合があります。
最新の情報は、お電話でお問い合わせいただくか、公式ホームページでご確認ください。

ユリックス名画シアター YURIX MOVIE THEATER 会場:ハーモニーホール



好評発売中

4/25(日)「幸せへのまわり道」

時間指定券 (1)10:30 (2)13:30 (3)16:30 各20分前開場
宗像ユリックスでご購入またはご予約される際は、上映時間を指定してください。

全席自由
前売900円 当日1,000円
会員特典料金700円
前売券は宗像ユリックス他で発売
ローソンチケット(Lコード:82156)
チケットぴあ(Pコード:468-022)
※2回のみ
※割引・ポイント付与特典は対象外

■監督:マリエル・ヘラー
■出演:トム・ハンクス/マシュー・リス/スーザン・ケレチ・ワトソン 他
■配給:イオンエンターテイメント ■'19アメリカ/1時間49分

©2019 Columbia Pictures Industries, Inc. and Tencent Pictures (USA) LLC. All Rights Reserved.

雑誌記者として華々しいキャリアを築いてきたロイド・ボーゲルは、姉の結婚式に招待され、そこで長らく絶縁していた父ジェリーと再会する。家庭を顧みず自分たち姉弟を捨てた父を、ロイドははまだ許せずにいた。数日後、仕事で子ども向け番組の司会者として人気のフレッド・ロジャースを取材することになったロイド。フレッドは、会って間もないロイドが抱えている家族の問題や心のわだかまりを見抜き、ロイドもそんなフレッドの不思議な人柄にひかれていく。やがて2人は公私ともに交流を深めていくが…。



5/29(土)「みをつくし料理帖」

時間指定券 (1)10:30 (2)13:30 (3)16:30 各20分前開場
宗像ユリックスでご購入またはご予約される際は、上映時間を指定してください。

全席自由
前売900円 当日1,000円
会員特典料金700円
前売券は宗像ユリックス他で発売
ローソンチケット(Lコード:83117)
チケットぴあ(Pコード:468-031)
※2回のみ
※割引・ポイント付与特典は対象外

■監督:角川春樹 ■原作:高田 郁「みをつくし料理帖」(角川春樹事務所)
■出演:松本穂香/奈緒/若村麻由美/浅野温子 他
■配給:東映 ■'20日本/2時間11分

©2020 映画「みをつくし料理帖」製作委員会

時代は享和二年の大阪。暮らし向きは違えども8歳の滯と野江は、まるで姉妹のように仲の良い幼なじみだった。しかし二人が暮らす大阪を大洪水が襲い、滯と野江は生き別れてしまう。それから10年後。大洪水で両親を亡くした滯は引き取られ、江戸の神田にある蕎麦処「つる家」で女料理人に。さまざまな困難に立ち向かいながらも店の看板料理を生み出していった。野江は吉原にある遊郭に買い受けられ、幻の花魁・あさひ太夫と名乗っていた。滯が苦心して生み出した料理が、別々の人生を歩む2人を再び引き寄せていく。

併催企画を行います！
右の内容をご覧ください
ぜひご参加ください！

時間限定で託児サービスあり。マーク参照
【料金】1人1,000円(ユリックス スマイルクラブ会員は無料)
【対象】生後6カ月～小学校低学年
【申込】上映日の1週間前。休館の場合は翌開館日の17:00まで。
【サン・クス シネマカード】スタンプ7個押印で、1回ご招待。
○未就学児入場不可
○ユリックス・インターネット予約購入可
○ユリックススマイルクラブ(年会費500円)に入会いただくと会員料金で購入できます。窓口の場合は、必ず会員証をご提示ください。※インターネット購入には利用登録(無料)と別途手数料が必要。

ゆりつくし料理帖
私のイチオシ★オリジナル
レシピコンテスト

「食」を通して描かれる本作品にちなみ、一押しのオリジナルレシピを募集します！

簡単なおつまみからメイン料理まで、皆さんのオリジナルリティーあられるレシピを教えてください！
ご応募いただいたレシピは映画上映日にチラシやアナウンスで紹介し、当日来場者に好きな1品を投票していただきます。
人気レシピに選ばれた上位3人の方には、館内レストラン「女神のテーブル」や「カフェ ツリーズ」のお食事券とユリックス名画シアターのご招待券をプレゼント。また、ユリックスのHPなどでレシピを公開します！
皆さんのレシピでのおうち時間がさらに楽しめるかもしれません！
たくさんのご応募お待ちしております！

◆応募期間:4/1(木)～5/9(日)必着
◆応募方法
QRコードまたは、ユリックスのHPイベント詳細より応募用紙をダウンロードいただき、ご応募ください。
https://yurix.munakata.com



◆応募先
持参:宗像ユリックス インフォメーション
メール:info@yurix.munakata.com
郵送:〒811-3437 宗像市久原400
宗像ユリックス 文化事業部「名画シアター」係
※独自に考案したレシピで、お一人1レシピのご応募とします。
※受賞者はHPでレシピと同時に発表し、後日プレゼントを送付いたします。
※応募用紙・写真は返却できません。ご了承ください。

●お問い合わせ 宗像ユリックス 文化事業部
TEL0940(37)1483

宗像ユリックス本館 2階

プラネタリウム

おとな向け (対象:小学生以上)

※小さなお子さまは
ご遠慮ください。

プラネタリウム

南極から見た
星空

南極から見た
星空

南極から見た
星空

南極から見た
星空

日本からはるか南の大陸「南極」。
そこから見上げた星空は、ここ福岡とはずいぶん様子が
違ってきます。
春の星座たちも、普段の見え方とは変わり、さらに南半球
からでしか見ることのできない、たくさんの星座たちを
見つけることができます。
今回は、南極から見上げた星空についてご紹介します。

リラクセーションプログラム (対象:おとな)

※未就学児は
ご入場できません。

スターリー

ミュージック

Starry Music

～image(イマージュ)を聴きながら～

内容が新しく
なりました

image
ultimate
BEST

emotional & relaxing

発売元: ソニー・ミュージックジャパンインターナショナル

星空の下でゆっくりと美しい音楽を楽しむプログラム。
数々の名作を集めたアルバム「イマージュ アルティメット・
ベスト」より星空にとけこむ美しい楽曲をお届けいたします。
満天の星と、天空にゆらめく美しいオーロラを眺めながら、
心やすらぐひとときをお楽しみください。

こども向け (対象:4歳～小学校低学年)

ほしぞらクレヨン★

クレヨンたちと いっしょに
星を むすんで
お絵かきをしよう!
せいざのお話や ものがたり、
クイズも あるよ!
ロケットに のって うちゅうにも 出かけよう!

4月の物語は
「北斗七星のお話」
です!

宇宙旅行が新しくなりました!!

月や春の星空を見よう!

★参加無料★
★予約不要★

ほしぞら
ウォッチング

4/17(土) 19:30～ 20:00～21:00

プラネタリウム解説(場所:プラネタリウム)
天体観望(場所:アクアドーム前広場)

19:30～ プラネタリウムで、当日の星空の解説をします。
(座席数は80席ですが、状況により人数制限を設ける場合があります。)

20:00頃～ 屋外(アクアドーム前広場)に出て望遠鏡や双眼鏡から天体を観察します。
今回は月(月齢5.3)と春の星々を観察する予定です。

21:00頃 終了

※観望会のみ参加もできます。20:00頃にアクアドーム前広場にお越しください。
※雨天時は、観望会は中止しプラネタリウム解説のみを行います。

月
(月齢5.3)

★開始時刻★

※各プログラムの投影時間は星空解説と合わせて 45 分～50 分間です。

	土曜日・日曜日・祝日・4/1・2・6(春休み平日)	火曜日～金曜日
こども向け(ほしぞらクレヨン★)	11:00 14:30	—
おとな向け(南極から見た星空)	13:00	14:30
リラクセーションプログラム	16:00	16:00

観覧料 ()=ユリックス スマイルクラブ会員割引
※こども向けは 3歳以下無料/ただし要保護者同伴

こども向け	4歳以上一律	140円
おとな向け	大人	440 (360) 円
	小・中学生	210 (160) 円
	幼児(4歳～)	140 (100) 円
リラクセーション	大人	440 (360) 円
	小・中学生	210 (160) 円

休館日: 月曜日 [祝日の場合は翌平日]
座席数: 80 席 (状況により変更する場合があります)

☎0940(37)2394

お問い合わせ時間 9:30～17:30

info@yurix-planetarium.jp

URL https://yurix-planetarium.jp

ユリックスイベント案内

アラカルト

は宗像ユリックス主催事業です。㊟印は電話予約可。
★印は宗像ユリックス インフォメーションでも取り扱っているチケットです。
電話予約はできません。直接、窓口でお求めください。(販売は21:00まで)
休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日) 開館時間 9:00～22:00

4/3㊟	たけのこ掘り体験講座	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス にっこり文化講座 0940(37)1425
1回目 9:30～10:30 2回目 11:00～12:00 ※予備日:4/10(土) パットゴルフ場 横	受講料500円(小学4年生以上) ※各回定員25人 ※要事前予約(2/16から受付開始)	
4/4㊟	むなかたミュージカルメイツ & イメージネーションダンス合同公演	問い合わせ先・主催者 むなかたミュージカル メイツ 担当:本松 090(1193)1140
ミュージカル11:30～13:00 ダンス14:00～16:00 開場各30分前/完全入替制 ハーモニーホール	I 部 ミュージカル「プリンセスはわたし!」 II 部 ダンスパフォーマンス「KIZUNA」 入場無料 ※観覧希望者はお問い合わせください。	
4/6㊟～11㊟	第19回 グループ森都絵画展	問い合わせ先・主催者 グループ森都 担当:坂本 0940(33)1798
10:00～17:00 6日は12:00から 11日は16:00まで 美術ギャラリー1	絵画同好会会員による 油彩・水彩画展 入場無料	
4/8㊟	リラックスヨガ	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス アクアドーム 0940(37)1377
受付 9:30～ 10:00～11:00 イベントホール	参加費 1人500円(高校生以上) ※定員100人 ※詳細は2ページ記事をご覧ください。	
4/11㊟	ゆりっくす日曜百円寄席 4月会	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス 文化事業部 0940(37)1483
開場10:00 開演10:30 大和室	出演: 宗像落語会 入場料100円(高校生以上) ※中学生以下無料 ※詳細は3ページ記事をご覧ください。	
4/18㊟	4月のアクアドーム ランニング練習会 第1回	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス アクアドーム 0940(37)1377
9:00～10:30 芝生広場周回 ジョギングコース 他	参加費 1人550円(高校生以上) 定員19人 ※定員になり次第締め切ります。	
4/25㊟	ユリックス名画シアター 「幸せへのまわり道」	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス 文化事業部 0940(37)1483
(1)10:30 開場各20分前 (2)13:30 (3)16:30 ハーモニーホール	全席自由 前売900円 当日1,000円 ※未就学児入場不可 ※詳細は3ページ記事をご覧ください。	
4/25㊟	ロビーライブ チューバとピアノのミニコンサート	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス 文化事業部 0940(37)1483
(1)12:20～12:50 (2)15:20～15:50 ハーモニーホール前 ホワイエ	出演:丸田友博(チューバ)、池田実世(ピアノ) 観覧無料	
4/29㊟	スタジオレッスン祝日プログラム	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス アクアドーム 0940(37)1377
(1)10:45～11:45 (2)12:00～13:00 アクアドーム スタジオA	参加費 各540円(高校生以上) ※定員各19人 受付:4/28(水)まで。ただし、定員になり次第締め切ります。	
5/2㊟	リズムミック2021ダンス発表会	問い合わせ先・主催者 リズムミックダンス教室 担当:橋口 0940(62)1308
1回目13:00～14:00 2回目15:30～16:30 開場各30分前 ハーモニーホール	Yell for Everyone 全席指定 800円(前売・当日とも)	
5/4㊟	第57回 定期演奏会	問い合わせ先・主催者 福岡県立宗像中学校・高等学校吹奏楽部 担当:三好 0940(36)2019
開場13:30 開演14:00 終演16:00 ハーモニーホール	福岡県立宗像中学校・高等学校吹奏楽部 入場無料	
5/5㊟	東海大学付属福岡高等学校吹奏楽部 第47回 定期演奏会	問い合わせ先・主催者 東海大学付属福岡高等 学校吹奏楽部 担当:徳永 0940(32)3311
※詳細は4月上旬に決定 いたします。 イベントホール	中止になりました。 ※詳細は4月上旬に決定いたします。	
5/9㊟	ゆりっくす日曜百円寄席 5月会	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス 文化事業部 0940(37)1483
開場10:00 開演10:30 大和室	出演: 宗像落語会 入場料100円(高校生以上) ※中学生以下無料 ※詳細は3ページ記事をご覧ください。	
5/16㊟	宗像シンフォニックウィンズ 第35回定期演奏会	問い合わせ先・主催者 同楽団事務局 担当:山崎 090(1360)9045
開場15:30 開演16:00 終演18:00 ハーモニーホール	全席自由 500円 ※小学生以下無料	
5/29㊟	ユリックス名画シアター 「みをつくし料理帖」	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス 文化事業部 0940(37)1483
(1)10:30 開場各20分前 (2)13:30 (3)16:30 ハーモニーホール	全席自由 前売900円 当日1,000円 ※未就学児入場不可 ※詳細は3ページ記事をご覧ください。	
5/30㊟	5月のアクアドーム ランニング練習会 第2回	問い合わせ先・主催者 宗像ユリックス アクアドーム 0940(37)1377
9:00～10:30 芝生広場周回 ジョギングコース 他	参加費 1人550円(高校生以上) 定員19人 ※定員になり次第締め切ります。 ※詳細は5ページ記事をご覧ください。	

◎当施設で開催されるイベントは上記の限りではありません。 ※イベント内容は2021年3月15日現在の情報です。日時などが変更される場合があります。詳細は主催者まで。

宗像

ユリックス

アクアドーム

利用時間

10:00～22:00

【温水プール・トレーニングジムは21:30までご利用できます】

休館日

4/5(月)・12(月)・19(月)・26(月)

※営業日は急きょ変わる場合もございます。お問い合わせください。

TEL

0940(37)1377

・FAX

0940(37)1305

https://yurix.munakata.com

E-mail

domu0099@yurix.munakata.com

◎アクアドームでは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のための取り組みとして、利用者の皆さまに**マスクの着用、手指の消毒、体調の確認、検温**などをご協力いただいております。
また、各施設の人数制限などを行っております。場合によっては、お待たせする場合がございます。ご了承ください。
スタッフは接客や指導の際、マスクまたはマスク・フェイスシールドの着用を徹底しています。
詳細は、お電話で問い合わせいただくか、ホームページでご確認ください。

助成券

1枚利用

助成券

2枚利用

※このマークがある施設またはスポーツイベントは「宗像市運動施設利用料金助成券」(宗像市健康福祉部 国保医療課発行)が使えます。

水中運動クラスの体験ができます!!

現在開催中(4月～6月)の「春のスイミングスクール」は、「水中運動クラス」に限り**一般1回1,050円**(ウエルネス会員520円)で体験ができます。
ぜひ一度お試しください。

水中運動のメリット

① 水の抵抗により自分で負荷を調整できる

② 水の温度により熱生産力がアップし、新陳代謝が向上！

③ 浮力により体が軽くなり膝や腰への負担が軽減！

④ 水圧によりむくみの改善

その他ストレス解消や肩こり予防、不眠改善にも効果的です♪

◎オススメのスクール

シェイプアップ

NEW

【木】19:30～20:30

水中歩行や音楽に合わせて水中運動を行います。また、水の特性を利用して「水に浮く」ことを体感していただき、疲労回復、ストレス解消を行います。

※写真は水中運動クラスの様子

膝・腰・体力に不安のある人

クラス名	曜日	時間	内容
らくらく膝腰	火	11:30～12:30	関節への負担が少ない水中で運動を行います。水に顔をつけられない人でも大丈夫です。脚腰が強くなるような運動を行い、痛みの軽減を目指します。

体を引き締めたい！ストレス解消したい人

クラス名	曜日	時間	内容
アクアビクス	水	11:30～12:30	音楽に合わせて楽しく水中運動を行います。ストレス解消！脂肪燃焼！全身の引き締め効果が期待できます。
アクアエクササイズ	木	14:10～15:10	音楽に合わせて水の抵抗を利用し、関節に負担をかけずに楽しく行えるクラスです。泳げない人も体力がない人も無理なく楽しいエクササイズです。
脂肪燃焼アクア	土	13:00～14:00	ストレス解消や産後で体型を引き締めたい、ウエストを引き締めたい人におすすめです！楽しくシェイプアップできるクラスです。運動初心者でも大歓迎です。

【申込方法】

アクアドームフロントで受付(電話受付可)

※お1人さま1クラス1回のみとさせていただきます。

※スイムキャップ、水着などをご準備ください。

※高校生以上が対象となります。

【途中入会のご案内】

水中運動クラスに限り、途中入会ができます。

ぜひ一度お問い合わせください！

助成券

2枚利用

男のクッキング

栄養講義や運動講義も行う、管理栄養士によるアクアドームオリジナルの「男の料理教室」です。基本から習いたい方などにもオススメの教室です。

場 所

メイトム宗像2階 調理実習室

日 時

5/13(木) 10:00～12:00

参 加 費

1,350円

定 員

16人(先着順)

申込期間

4/1(木) 10:00～5/7(金)

※定員になり次第締め切ります。

※5/8(土)以降のキャンセル返金は不可

申込方法

アクアドームフロントで受付(電話受付可)

※ご入金は5/7(金)までをお願いします。

前回の様子

人気の定番「中華料理」

【メニュー】麻婆豆腐、レタスと海苔のサラダ、春雨スープ、ごはん

アクアドームランニング練習会

アクアドームオリジナルのランニング練習会！
興味がある人ならどなたでも参加OK！

5月のアクアドームランニング練習会〈第2回〉

日 時

5/30(日) 9:00～10:30

(当日の集合時間は8:30～8:50)

申込期間

4/1(木) 10:00～5/29(土)

※定員になり次第締め切ります。

◆内容

ストレッチや歩く程度の速さのジョギング法を紹介！

※自分のペースで走れます。

場 所

芝生広場周回ジョギングコース

サーキットトレーニングコース、アクアドーム スタジオA

参 加 費

1人550円

(※当日キャンセルの返金は不可)

定 員

19人

【申込方法】

アクアドームフロントで受付(電話受付可)

助成券

1枚利用

スタジオレッスンちよいスタ！ はじめました。

200円

で気軽に参加できる30分のレッスンです。

場所

アクアドーム スタジオ A

定員

19 人(先着順)

申込方法

各レッスン当日の開始10分前より受付を開始

●4月15日(木) 14:00

Let'sチャレンジ

～脳と身体を鍛えよう～

●4月21日(水) 14:00

ストレッチポール

●4月23日(金) 13:00

スイムレッスン ～陸トレ編～

●4月23日(金) 14:00

ダンスエアロ

●4月30日(金) 13:15

ウエストシェイプ

お問い合わせ・お申し込みはアクアドームまで TEL0940(37)1377

※お申し込みの際は、休館日にご注意ください。

宗像ユリックス パットゴルフ場は、人工芝18ホールの気軽にラウンドできるファミリーコースです！

パターとボールは貸し出し無料。子ども用パターもあります。

区 分	通常料金	団体料金
中学生以上/1ラウンド	420円	330円
小学生/1ラウンド	310円	250円
シニア(60歳以上)/1ラウンド	300円	
親子ペア/1ラウンド	500円	

※団体料金は有料対象者10人から
※ユリックス スマイルクラブ会員とご家族は、カード提示で団体割引料金でご利用できます。チケットをお求めの際にご提示ください。
※6歳未満の幼児は無料。ただし、保護者同伴。
※団体貸切利用がある場合はご利用できません。ご了承ください。
※シニアの方は運転免許証または健康保険証の提示が必要です。
※親子ペアは小学生とのペアに限ります。

お問い合わせ

パットゴルフ場

TEL0940(37)2611

休場日

毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)

開場時間

10:00～17:00(受付は16:30まで)

5

きっと見つかる、あなたにピッタリの文化講座！



にっこり文化講座

Nikkori Cultural Activities

Phone **0940-37-1425**

yurix.munakata.com



目からウロコ!!いのちの寺子屋

～年6回シリーズ～

No.137

- 講師：テシマアケミ
- 受講日：奇数月の第3木曜日13:00～14:30
- 受講料：9,000円（6回分）

現代を心身ともに健康にパワフルに生きるための目からウロコの情報とノウハウを楽しく分かりやすくお伝えします。メディアでは知らされていない情報を正しく共有し、クオリティの高い健やかな日常にお役立てください。



1回目
5/20

人生が変わる遺伝子のオモシロイ話 ～私たち日本人の遺伝子とは!!～

2003年にヒトゲノムの解析が完了した中でさまざまな「遺伝子の法則」が明らかになりました。それらは私たちが生きていく上での「大きな指針＝生き方のコツ」とも言えるものです。知ると知らないでは人生が大きく変わります。

2回目
7/15

食は命なり～古代の臓器“腸”について

最近の腸活ブームで、今、腸が注目されていますが、腸を知ることにより、さまざまな不調の原因をひもとくことができます。食は血となり、血は肉・心となる。生命の根源である“腸”を知り、心身ともにさらに健やかな日々を目指しましょう！

3回目
9/16

知って得する“陰陽の法則” ～私たちは見えない力で生かされている!!～

この世の万物は全て陰と陽のエネルギーでバランスが保たれています。そのバランスを体質や食事にも活用して“魔法のネジ回し”のように健康のコントロールを習得してください。

4回目
11/18

顔を見て臓器を知ろう～“望診法”入門編

私たちの顔や体…いわゆる表面に見えている部分は全て内側の臓器とつながっています。その不調の本当の原因はどこにあるのか！ご自身やご家族の健康を守るためのノウハウ「望診法」の入門編です。

5回目
1/20

日常の中に潜む危険 vol.1 ～食べてはいけない編!!～

食品添加物、合成甘味料、精製食品、現代小麦、発芽毒などなど、当たり前前に食しているものが「不調の原因」だったら…。まずは知ることから！の初級編です。

6回目
3/17

日常の中に潜む危険 vol.2 ～使ってはいけない編!!～

5G時代到来の昨今、避けることのできない電磁波や、身の回りにあふれている有害な化学物などなど、日常の中で当たり前となっている“現代の社会毒”の事実と対策法を知り、大切な命を守りましょう！



令和3年度新規受講生募集中!!

にっこり文化講座では、随時、受講申し込みを受け付けています。入会金は不要です。どなたでも受講できます。興味のある講座の見学ご希望の方は事前にお問い合わせのうえご予約をお願いします。

【お申し込み時にお持ちいただくもの】

- 受講料2カ月分（3カ月目より口座引き落としの為）
- 通帳（都市銀行はお取り扱いできません）
- 通帳お届け印鑑



Homepage



Facebook



2021年度講座あんなに好評配布中!

宗像ユリックスインフォメーション&館内に配布中！
今年度予定の全講座あんなにをお手に取ってご覧ください！

満席講座
2021年3月1日現在

- No.016 大人のピアノレッスン
- No.028 絵画
- No.049 やさしい筋トレとストレッチヨガ
- No.054-2 機能改善エクササイズⅠ（個人レッスン）

- No.060 裏千家茶道
- No.106 シェイク MAX 上級エアロ
- No.120 初心者のためのサックスⅠ

*受講生の変動がありますので、最新情報についてはお問い合わせください。

ご注意

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、公演日や営業日などが変わり、掲載内容が急きょ変更になる場合があります。最新の情報は、お電話でお問い合わせいただくか、公式ホームページでご確認ください。

No.128

声優クラブ



- 講 師：坂本ひろみ（声優）
- 受講料：3,200円
- 受講日：第1土曜 14：00～16：00
- 対 象：中学生以上

声優みたい、役になりきってセリフを言ったり、気持ちを豊かに表現したり、楽しく演じてみませんか！演じる事は、情緒や想像力を豊かに育みながら、人間関係を円満にし、コミュニケーション力を高めます。中学生から大人までOKです。ストレス発散にどうぞ♪



子ども向け講座

※3D：3次元 ※CG：コンピュータグラフィックス

iPad や、iPhone を使って、ゲームキャラのような 3DCG 作品を楽しく作ります。制作を通して、CGクリエイションの基礎や応用を学ぶことができます。

*受講料のほかに専用アプリ代金として 2,500 円程度、材料費が必要です。

No.133

キッズのための3DCG基礎講座【1年コース/対象：4.5.6年生】

- 講 師：水草岳司
- 受講日：第2・4土曜/13：30～14：30
- 受講料：3,900円

No.134

キッズのための3DCG応用講座【1年コース/対象：中学生】

- 講 師：水草岳司
- 受講日：第2・4土曜/14：30～15：30
- 受講料：3,900円

生活に活かせる四季折々

スポット講座

タイムリーな講座を企画しました!!



好評にお応じて追加講座

「腸揉み」で腸活！

～「腸揉み」50年の実績。ヤング式腸揉みで心と体を健康に～



- 講 師：本松英治
- 受講日：4月27日(火)
- ①10：00～11：30
- ②13：00～14：30
- 受講料：1,500円
- 持 参：タオル、飲み物

各回定員10人

最近、「腸」に対する関心がとても高まっています。腸の動きが弱くなると、免疫力が低下し、さまざまな病気の原因になることもあります。腸を活性化することが、心と体の健康につながります。

この講座で「腸揉み」とは何かを知っていただき、実際に体験してください。腸揉みの実践をしますので、腹部のゆったりした服装でお越しください。



免疫力UPの秘訣は「腸」と「リンパ」にあった！

腸内フローラと腸リンパセルフマッサージ

定員20人



- 講 師：池上かおる（LTA認定/腸内フローラインストラクター）
- 受講日：5月14日(金)10：00～12：00
- 受講料：2,000円
- 教材費：500円
- 持 参：ヨガマット（またはバスタオル）、タオル、飲み物

腸とリンパを整え、病気に負けない体づくり！今話題の腸内フローラを学び、自宅で気軽にできる腸リンパセルフマッサージの方法を習得。動きやすい服装で！

受講生の皆さまには、ステキな特典が3つもあります。

特々特典その①

ユリックス名画シアターの割引

毎月1回 話題の映画や見逃した映画が楽しめる名画シアター鑑賞券が700円でお求めいただけます。(通常価格前売900円、当日1,000円)



※4月「幸せへのまわり道」
5月「みをつくし料理帖」
詳細は3ページをご覧ください。

特々特典その②

森のレストラン「女神のテーブル」ランチの割引

ユリックス館内のレストラン「女神のテーブル」のランチが1,280円（税込）でお召し上がりいただけます。



旬のお野菜中心の素材を活かした料理が約30種類のほか、こだわりのデザートとソフトドリンクがついたバイキングレストラン
<http://megami-t.com/>

特々特典その③

カフェ「ツリーズ」コーヒーの割引

コーヒーソムリエがおいしく入れたコーヒー（通常280円）が200円で味わえます。
<https://cafetrees.crayonsite.net/>



必ず、にっこり文化講座受講証をご提示ください。



無料託児サービス
ご利用ください!!

●毎週木曜日・金曜日/午前9時～正午
*この託児サービスは受講生に限りです。



託児マーク

小さいお子さまがいらっしゃる皆さまにお知らせです。木曜日と金曜日の午前9時～正午まで無料託児サービスを実施中です。託児室に子どもを預けて、ゆっくり、しっかり、みっちりとお気に入りの講座を受講してみませんか！
*詳しくは問い合わせください

宗像ユリックス

講座のお問い合わせ

にっこり文化講座

〒811-3437 宗像市久原 400

Phone.0940-37-1425

Fax.0940-37-1359

URL:<https://yurix.munakata.com>

●受付時間：9時～17時●休館日：月曜日（祝日の場合は翌平日が休館となります）

講座に関してはすべて要事前申込

7

各施設の開館時間【通常】

○本館／9：00～22：00
チケットの取り扱いと貸館予約受付は21:00まで。

○宗像市民図書館／10：00～18：00

○プラネタリウム
開始時刻は4ページを参照。

○テニスコート／9：00～22：00
年末年始・お盆・休館日の利用時間は9:00～17:00

○アクアドーム／10：00～22：00
ただし、温水プールとトレーニングジムの利用時間は10：00～21：30。詳しくはホームページをご覧ください。
年末年始の利用時間は10:00～17:30

○パットゴルフ／10：00～17：00

○ゆ～ゆ～プール／9：30～18：00
7月中旬～8月末以外休業／期間中無休

ロビーライブ出演者募集

宗像ユリックスでは、毎月の映画開催時に「ロビーライブ」を行っています。発表の場がないというあなた！この機会に出演してみませんか！ご応募をお待ちしています。

◆応募方法
所定の申込用紙に、演奏の様子がわかる写真や映像・録音媒体などを添え、窓口または郵送で提出してください。
※用紙は宗像ユリックス窓口にあります。
また、ホームページ(<https://yurix.munakata.com>)からもダウンロードができます。

◆開催日 原則、毎月の名画シアター開催時(30分程度) 2回まで実施可能

◆場 所 ハーモニーホール前ホワイエ

◆ジャンル 自由(管楽器、太鼓など大音量のものは除く)

※出演前に審査があります。審査の結果お断りする場合もございます。また、出演報酬などはありません。
あらかじめご了承ください。

●お問い合わせ・郵送…〒811-3437 宗像市久原400
宗像ユリックス 文化事業部 TEL0940(37)1483

市民ギャラリー利用者追加募集

市民ギャラリーは、文化芸術活動に取り組んでいる皆さんの作品を無料で展示することができる施設です。作品や収集品を展示してみたい方の利用をお待ちしております。

利用料金 無料(ただし、営利・寄付行為は不可)

利用期間 令和3年4月～令和3年8月の指定された期間

応募受付 利用申込書を提出

※詳細は宗像ユリックス インフォメーションおよび公式ホームページ[<https://yurix.munakata.com>]で配布する「市民ギャラリー利用案内」をご覧ください。

●お問い合わせ・申込書提出先…〒811-3437 宗像市久原 400
宗像ユリックス インフォメーション
TEL0940(37)1311

ユリックス・カレンダー

2021 4 月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)
4/5(月)・12(月)・19(月)・26(月)
年末年始休館:12月28日～1月4日
(アクアドーム・テニスコートは12月31日～1月1日のみ)
お盆休館:8月13日～15日
(アクアドーム・テニスコート・ゆ～ゆ～プールは利用できます)

宗像市民図書館の休館日 本館休館日と30(金)
2021年4月の月末整理(休館)は30日(金)です。

貸館抽選日 毎月最初の開館日【4月1日】
イベントホール、ハーモニーホール、展示室(非営利利用)の翌年同月利用の抽選会を、インフォメーション前で9:10から行っています。
なお、主催事業および宗像市の催し物などによって、ご希望の日が取れない場合もございます。ご了承ください。

●お問い合わせ 宗像ユリックス インフォメーション
TEL0940(37)1311

レストランコンサートのお知らせ

宗像ユリックス内の「森のレストラン 女神のテーブル」にて、ランチを楽しみながら音楽も楽しめる、レストランコンサートを開催！すてきな音楽とおいしいお食事をお楽しみください。

日時 4/15(木) 12:00～ 演奏時間 40分程度

〈出演者〉リコーダーアンサンブル 池の音楽隊♪

宗像市図書館開館30周年記念イベントや池野コミセンの文化まつりなどに出演し、小学校のリコーダー教室なども行なっております。ぜひお声かけください。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため要予約30人限定で受付。
※鑑賞料は無料ですが、レストランのランチご利用のお客さまに限り
ます。鑑賞のみのご来場はご遠慮ください。

●お問い合わせ 森のレストラン 女神のテーブル
TEL0940(37)0161 (営業時間11:00～15:00)

宗像ユリックス
安全・安心の取り組み

宗像ユリックスでは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、施設の利用を一部制限しています。
ご協力ください。

【ご利用にあたってのお願い】

◎マスクの着用をお願いします。

◎発熱や咳など、風邪の症状がある方は、利用をお控えください。

◎入館時は、手指消毒をお願いします。

その他、利用される施設によってお守りいただく内容が異なります。お電話でお問い合わせいただくか、公式ホームページでご確認ください。

交通アクセス JR東郷駅下車(快速利用、博多から約30分、小倉から約40分) 東郷駅(日の里口)からタクシーで約5分。
ふれあいバス第③系統で約20分。無料駐車場あり

編集後記 発行の2カ月前から編集に取り組むことが当たり前になった今日この頃。明日のことさえ読めないのにと反発しても仕方がない。昔は「どこまでもいこう～」「明日がある～」など「いい未来が必ず来るから今日も頑張ろうよ!」という曲が多かった。若い頃に戻って未来を信じよう。(T.Y)「ユリックス・サラダ」編集委員

こんなのあるヨ ユリックス伝言板

九州管楽合奏団演奏会 2021

指揮:ダグラス・ボストック 演奏:九州管楽合奏団

アクロス福岡で行われる九州管楽合奏団演奏会のチケットを宗像ユリックスで販売しています。

日時: 5/15(土) 開場13:15 開演14:00

会場:アクロス福岡(福岡シンフォニーホール)

全席指定 一般3,000円 学生席2,000円

※学生は小学生～大学生

宗像ユリックスで購入されると
ユリックス スマイルクラブ特典利用可

好評発売中

主催:読売新聞社、NPO法人九州管楽合奏団
共催:(公財)アクロス福岡
後援:FBS福岡放送、福岡市、(公財)福岡市文化芸術振興財団
協力:宗像ユリックス

<演奏予定曲目>
宇宙の音楽:P・スパーク
天命の祈り～とうとき命に～:松下 功 他
※曲目・出演者は変更になる場合があります。ご了承ください。
※未就学児入場不可

●お問い合わせ
宗像ユリックス 文化事業部 TEL0940(37)1483

「舞台で気軽にピアノレッスン」

コンサートホールでのピアノレッスン企画。5月の申し込みが始まります。次回のスケジュールは下記のとおり決定しました。詳細をお問い合わせの上、申し込みください。

日 時 ①5月19日(水) ②5月28日(金)
各日10:00～21:00

会 場 宗像ユリックス ハーモニーホール舞台

料 金 1時間 3,000円 (付き添い含め3人まで可)
※4人目からは1人につき1,000円増で最大5人まで可

申込方法 4月4日(日)午前9:00から受付開始
※先着順で希望の日時を受け付けます。
※料金は利用日にお支払いください。
※電話、FAX(専用申込用紙)での受付も可

【留意事項】

■利用時間は1組1日最長2時間です。

■ピアノはスタインウェイ、ベーゼンドルファーの2台使用可

■他の楽器と組み合わせての利用も可

■ホールの客席は利用できません。

■発表会としての利用はご遠慮ください。

※申込用紙は、宗像ユリックスのホームページからもダウンロードできます。<https://yurix.munakata.com>

★4月13日(火)・23日(金) 開催分は受付中!

●お問い合わせ 宗像ユリックス インフォメーション
TEL0940(37)1311 FAX0940(37)1359