



| SUN (日) | MAN (月) | TUE (火) | WED (水) | THU (木) | FRI (金) | SAT (土) |
|-----------|---|---|--|---|---|-----------|
| | 1 文化会館休館日 図書館休館日 ・折り梅カフェ (認知症の人と家族の集い) 13:30～15:30 市民福祉総合プラザ | 2 ・断酒会 (酒で悩んでいる人の集い) 13:30～15:00 市民福祉総合プラザ | 3 | 4 ・年金相談 (要予約) 10:00～15:00 市役所別館会議室 | 5 | 6 |
| 7 | 8 文化会館休館日 図書館休館日 | 9 | 10 ・身体障害者相談 9:00～12:00 市民福祉総合プラザ (1F 福祉団体活用スペース) | 11 図書館休館日 ・年金相談 (要予約) 10:00～15:00 プラザ研修室 1・2 | 12 | 13 |
| 14 | 15 文化会館休館日 図書館休館日 | 16 | 17 | 18 ・無料法律相談 (要予約) P23 参照 ・年金相談 (要予約) 10:00～15:00 市民ホール | 19 | 20 |
| 21 | 22 文化会館休館日 図書館休館日 ・身体障害者相談 (福島地区) 9:00～12:00 福島保健センター | 23 男女共同参画週間 (～29日まで) ・身体障害者相談 (鷹島地区) 13:30～16:30 鷹島支所 | 24 ・就職なんでも相談 (要予約) 11:00～16:00 市役所別館会議室 | 25 図書館休館日 | 26 ・つくしの会 (ひきこもり・不登校の家族の集い) 13:30～15:30 市民福祉総合プラザ | 27 |
| 28 | 29 文化会館休館日 図書館休館日 | 30 | 7月の行事予定 7月6日 (月)・折り梅カフェ (認知症の人と家族の集い) 13:30～15:30 市民福祉総合プラザ 7月7日 (火)・断酒会 (酒で悩んでいる人の集い) 13:30～15:00 市民福祉総合プラザ 7月10日 (金)・交通事故巡回相談 P20 参照 | | | |



♪公民館講座

| | | |
|----------------------------------|---------------|----------|
| 中央公民館 ☎ 0956-73-0711 | | |
| 5日(金)・健康づくり教室(スクエアステップ) | 9:30 ~ 11:30 | |
| 11日(木)・健康づくり教室(ウォーキング) | 9:30 ~ 11:30 | |
| 16、23日(火)・きらきら講座(くまのぬいぐるみ①②) | 13:30 ~ 15:30 | |
| 17日(水)・健康づくり教室(リフレッシュ・コンディショニング) | 9:30 ~ 11:30 | |
| 今福公民館 ☎ 0956-74-1669 | | |
| 12日(金)・健康教室(リフレッシュ・コンディショニング) | 9:30 ~ 11:30 | 東部交流センター |
| 16日(火)・朝の読み聞かせ | 8:15 ~ 8:30 | 今福小学校 |
| 18日(木)・一般教養講座(使い捨てマスク作り) | 13:30 ~ 15:30 | 東部交流センター |
| 19日(金)・高齢者学級(開講式) | 10:00 ~ 11:00 | 高齢者コミセン |
| 22日(月)・婦人学級(PPバンドのバッグ作り①) | 13:30 ~ 15:30 | 東部交流センター |
| 調川公民館 ☎ 0956-72-3062 | | |
| 4、18、25日(木)・ウォーキング | 9:30 ~ 10:30 | |
| 9日(火)・脳トレ | 13:30 ~ 15:00 | |
| 11日(木)・リフレッシュ・コンディショニング | 10:00 ~ 11:30 | |
| ・昭和会 | 13:30 ~ 15:30 | |
| 19日(金)・婦人学級 | 13:30 ~ 15:30 | |
| 22日(月)・楽しいクッキング | 10:00 ~ 13:00 | |
| 上志佐公民館 ☎ 0956-72-0315 | | |
| 11日(木)・豆腐そぼろのピピン丼作り | 10:00 ~ 13:00 | |
| 18日(木)・スクエアステップ | 13:30 ~ 15:30 | |
| 19日(金)・桜餅・イチゴ大福作り | 13:30 ~ 15:30 | |
| 24日(水)・リフレッシュ・コンディショニング | 13:30 ~ 15:00 | |
| 御厨公民館 ☎ 0956-75-0033 | | |
| 12日(金)・一般教養講座(マスク作り) | 13:30 ~ 15:30 | |
| 16日(火)・健康教室(リフレッシュ・コンディショニング) | 13:30 ~ 15:00 | |
| 17日(水)・高齢者学級(ニュースポーツ) | 10:30 ~ 11:30 | |
| 星鹿公民館 ☎ 0956-75-1630 | | |
| 3日(水)・熟年大学(脳トレ・軽運動) | 10:30 ~ 11:30 | |
| 8、22日(月)・手作り広場(①ハーバリウム②刺し子) | 10:00 ~ 11:30 | |
| 9日(火)・健康づくり教室(リフレッシュ・コンディショニング) | 10:00 ~ 11:30 | |
| 16日(火)・ふるさと塾(まつうら雑学) | 10:00 ~ 11:30 | |
| 18日(木)・男性塾(気ままなランチ教室) | 10:00 ~ 13:00 | |
| 25日(木)・女性塾(悪質商法講話) | 13:30 ~ 15:30 | |
| 26日(金)・一般教養講座(PPバンドのバッグ作り①) | 13:30 ~ 15:30 | |
| 福島公民館 ☎ 0955-47-2006 | | |
| 毎週水曜日・健康づくり教室(ウォーキング) | 9:30 ~ 11:00 | |
| 19日(金)・健康づくり教室(リフレッシュ・コンディショニング) | 10:00 ~ 11:30 | |
| 鷹島公民館 ☎ 0955-48-2049 | | |
| 5日(金)・おまかせキッチン♪ | 10:30 ~ 13:00 | |
| 9、16日(火)・さわやかウォーキング | 10:00 ~ 12:00 | |
| 9、23日(火)・婦人学級(パウンドテニス) | 14:00 ~ 15:30 | |
| 11日(木)・子どもニュースポーツ教室 | 15:30 ~ 16:45 | |
| 18日(木)・昔あそび教室 | 15:30 ~ 17:00 | |

※各公民館では、上記以外の講座も多数開催されています。
詳しくは各公民館だよりでご確認ください。

☆子どものけんこう

| | | |
|--------------------------------------|---------------|--|
| 市民福祉総合プラザ3階 | | |
| 3日(水)・幼児歯科相談(要予約) | 9:30 ~ 15:30 | |
| 9日(火)・1歳6か月児健診(個別通知あり) ※4月28日延期分 | 9:30 ~ 15:30 | |
| 10日(水)・乳幼児相談 | 9:30 ~ 11:00 | |
| 16日(火)・乳児健診(個別通知あり) | 11:45 ~ 12:30 | |
| 23日(火)・1歳6か月児健診(個別通知あり) | 12:00 ~ 12:30 | |
| 24日(水)・わくわくマタニティー教室~栄養編~(要予約・個別通知あり) | 9:30 ~ 9:45 | |
| ・離乳食教室(要予約) | 9:30 ~ 9:45 | |
| 25日(木)・わくわくマタニティー教室~出産編~(要予約・個別通知あり) | 9:30 ~ 9:45 | |
| 30日(火)・3歳児健診(個別通知あり) | 12:00 ~ 12:30 | |
| 福島保健センター | | |
| 18日(木)・乳幼児健診(個別通知あり) | 13:30 ~ 14:00 | |

♠介護予防事業

| | | |
|---------------|---------------|------------------|
| 【介護予防教室】(松浦) | | |
| 5、12、19日(金) | 10:00 ~ 12:00 | 市民福祉総合プラザ |
| 26日(金) | 10:00 ~ 14:00 | 市民福祉総合プラザ |
| 【介護予防教室】(福島) | | |
| 5日(金) | 9:30 ~ 14:00 | 福島保健センター |
| 19、26日(金) | 9:30 ~ 11:30 | 福島保健センター |
| 【介護予防教室】(鷹島) | | |
| 10、17、24日(水) | 14:00 ~ 16:00 | 鷹島水仙苑 |
| 【高齢者健康教室】(鷹島) | | |
| 12日(金) | 13:30 ~ 15:00 | 阿翁公民館 |
| 18日(木) | 13:30 ~ 15:00 | 神崎公民館 |
| 25日(木) | 13:30 ~ 15:00 | 里公民館 |
| 【すっきり元気教室】 | | |
| 毎週火曜日 | 13:30 ~ 15:00 | 鷹島支所(2日を除く) |
| 毎週水曜日 | 9:30 ~ 11:00 | 市民福祉総合プラザ |
| 毎週水曜日 | 9:30 ~ 11:00 | 福島保健センター(10日を除く) |
| 毎週木曜日 | 9:30 ~ 11:00 | 東部交流センター |
| 毎週木曜日 | 9:30 ~ 11:00 | 鷹島支所(4日を除く) |

+休日当番医

| 月日 | 当番医療機関 |
|------|---------------------|
| 6月7日 | 武部病院 ☎ 0956-74-0007 |
| 14日 | 菊地病院 ☎ 0956-72-0151 |
| 21日 | 平田医院 ☎ 0956-72-2521 |
| 28日 | 押淵医院 ☎ 0956-75-0311 |
| 7月5日 | 能塚医院 ☎ 0956-73-0077 |

¥今月の税金

・市県民税(1期分)
・国民健康保険税(1期分)
※今月の税金の納期限は
6月30日です。
市税等の納付は原則
【口座振替】を推奨しています。

休日水道補修当番

(有)松浦設備
☎ 0956-75-0176