



SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)	
<p>12月上旬の行事予定</p> <p>12月 1日(日) ・アールスロンまつり 9:00～15:00 (道の駅 松浦のふるさと館 無料体験学習施設)</p> <p>12月 2日(月) ・折り梅カエ (認知症の人と家族の集い) 13:30～15:30 きらきら21</p> <p>12月 3日(火) ・学校開放「みんながでオーブンスクール」(～6日) 各小中学校</p> <p>12月 7日(土) ・酒で悩んでいる人の集い 13:30～15:00 きらきら21</p> <p>12月 7日(土) ・高齢者スポーツ大会 (バウンズニズ競技) 10:00～16:00 文化会館</p>	<p>3 文化の日</p> <p>今福町民文化祭 9:00～16:00 東部交流センター</p> <p>第41回福島文化祭 9:00～17:00 福島体育館、福島武道館</p> <p>第36回調川町民文化祭 9:00～12:00 調川公民館</p> <p>啓蒙育形文化財 旧長瀬家住宅(屋敷)一般公開 10:00～15:00 旧長瀬家住宅(母屋)</p>	<p>4 振替休日</p> <p>今福町民文化祭 9:00～12:00 東部交流センター</p> <p>第41回福島文化祭 9:00～12:00 福島体育館、福島武道館</p>	<p>5 文化会館休館日 図書館休館日</p> <p>星鹿くんち 酒で悩んでいる人の集い 13:30～15:00 きらきら21</p>	<p>6 年金相談 (要予約) 10:00～15:00 市役所別館会議室</p>	<p>7</p>	<p>8</p>	<p>9 星鹿町民作品展 9:00～17:00 星鹿公民館</p> <p>秋の全国大震災予防週間 (～15日)</p>
<p>10 星鹿町民作品展 9:00～15:00 星鹿公民館</p> <p>第17回こまつエスエス畑の収穫祭 9:00～15:00 旧代地区お宿脚大塚付近 (案内看板あり)</p> <p>第34回福島ふるさと祭り 9:00～ 福島総合公園お祭り広場</p>	<p>11 文化会館休館日 図書館休館日</p> <p>身体障害者相談 9:00～12:00 身体障害者協会事務所</p> <p>折り梅カエ (認知症の人と家族の集い) 13:30～15:30 きらきら21</p>	<p>12 高齢者スポーツ大会 (ゲートボール競技) 8:40～14:00 市民運動公園</p>	<p>13 松浦市小・中学校音楽会 9:00～15:10 文化会館</p>	<p>14 図書館休館日</p> <p>無料法律相談 10:00～17:00 市役所2階第2会議室</p>	<p>15 令和元年度松浦市建設者追悼式 10:00～ 文化会館 ゆめホール</p> <p>婚活夜間相談窓口 (要予約) 18:00～21:00</p>	<p>16</p>	
<p>17 令和元年度松浦市文化祭 (舞台発表) 9:45～17:00 文化会館</p>	<p>18 文化会館休館日 図書館休館日</p>	<p>19 高齢者スポーツ大会 (ゲートボール競技) 11:00～15:00 福島総合運動公園</p>	<p>20</p>	<p>21 図書館休館日</p>	<p>22 年金相談 (要予約) 10:00～15:00 市役所市民ホール</p> <p>つしの会 (ひまわり・不登校の家の集い) 19:00～21:00 きらきら21</p>	<p>23 勤労感謝の日</p>	
<p>24 第14回松浦口レビュー大会 8:30～開会式(市役所北玄関前) 9:10～スタート(市役所内駐車場)</p>	<p>25 文化会館休館日 図書館休館日</p> <p>身体障害者相談 (福島地区) 9:00～12:00 福島保健センター</p>	<p>26 身体障害者相談 (鷹島地区) 13:30～16:30 鷹島支所</p> <p>消費税軽減税率制度説明会 10:00～11:30・14:00～15:30 文化会館 ゆめホール</p>	<p>27 就職なんでも相談 (要予約) 11:00～16:00 市役所別館会議室</p>	<p>28 年金相談 (要予約) 10:00～15:00 市役所別館会議室</p> <p>無料法律相談 13:00～17:00 市役所2階第2会議室</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	

**「女性の権利ホットライン」**  
0570(070)810 (全国共通)

午前8時30分～午後7時 (ただし土日は午前10時～午後5時)

「女性の権利ホットライン」強化週間  
11月18日(月)～24日(日)

夫・パートナーからの暴力・ストーカー行為・職場におけるセクハラ・ハラスメントなど、一人で悩まず電話してください。

長崎県地方支務局 長崎県男女共同参画推進委員会

# 公民館講座

## 中央公民館 ☎ 0956-73-0711

1日(金)	健康づくり教室 (スウェーデン式)	9:30 ~ 11:30
11,18日(月)	きらきら講座 (ペーパーボード)	13:30 ~ 15:30
14日(水)	健康づくり教室 (ウオーキング(消防署見学))	9:30 ~ 11:30
20日(水)	健康づくり教室 (ウエルネス・コンチネンツァ)	9:30 ~ 11:30
21日(木)	高齢者学級 (なごさき県民大学講座)	10:00 ~ 11:30
28日(木)	一般講座 (ラヂオタイムウエルネス)	12:00 ~ 13:00
<b>今福公民館 ☎ 0956-74-1669</b>		
11日(月)	幼児教室 (英語教室)	10:00 ~ 11:00
15日(金)	健康教室 (ウエルネス・コンチネンツァ)	10:00 ~ 11:00
19日(水)	一般教養講座 (カボチャのスイーツ作り)	13:30 ~ 15:30
20日(水)	朝の読み聞かせ	8:15 ~ 8:30
25日(月)	高齢者学級 (交通安全について)	10:00 ~ 11:00
28日(木)	婦人学級 (ウラススリ〜ス作り)	13:30 ~ 15:30
<b>調川公民館 ☎ 0956-72-3062</b>		
毎週木曜日(14日を除く)・ウオーキング		
14日(水)	船トレ	9:30 ~ 11:30
15日(金)	ウエルネス・コンチネンツァ	13:30 ~ 15:00
19,26日(火)	婦人学級 (料理教室)	13:30 ~ 15:30
20日(水)	趣味の講座 (昇降のちゃんちゃんこ)	13:30 ~ 15:30
<b>上志佐公民館 ☎ 0956-72-0315</b>		
6日(水)	朝の読み聞かせ	8:00 ~ 8:15
7日(木)	一般教養講座 (身体を温める料理)	10:00 ~ 13:00
11日(月)	健康づくり講座 (歩くウエルネス)	13:30 ~ 15:00
12日(水)	一般教養講座 (プロス/パ/ク/ム作り)	13:30 ~ 15:00
13日(木)	一般教養講座 (ワラススリ〜ス作り)	13:30 ~ 15:30
26日(水)	一般教養講座 (お持ち帰れ&お楽しみ)	10:00 ~ 12:30
27日(木)	健康づくり講座 (ウエルネス・コンチネンツァ)	13:30 ~ 15:30
<b>御厨公民館 ☎ 0956-75-0033</b>		
1日(金)	高齢者学級 (御厨長生会女性部)	10:00 ~ 13:00
13,22日(水・金)	一般教養講座 (ウラススリ〜ス作り①②)	13:30 ~ 15:30
15日(金)	福ふく学級 (美味しい流し料理)	10:00 ~ 13:00
20日(水)	高齢者学級 (笑いヨガ)	10:30 ~ 11:30
21日(木)	地域子ども教室 (英語で遊ぼう！)	15:30 ~ 16:30
<b>星鹿公民館 ☎ 0956-75-1630</b>		
6日(水)	県立大学 (船トレ・軽運動)	10:30 ~ 11:30
12日(水)	健康づくり講座&一般教養講座 (台詞ウオーキング)	9:30 ~ 14:00
13日(木)	一般教養講座 (靴の選び方・履き方)	13:00 ~ 15:00
19日(水)	歴史塾 (歴史雑学)	10:00 ~ 11:30
21日(木)	男性塾 (気ままなラジオ教室)	10:00 ~ 13:00
25日(月)	手作りの広場 (祝い肴ねずみ)	10:00 ~ 11:30
28日(木)	女性塾 (贈り物作り)	10:00 ~ 11:30
<b>福島公民館 ☎ 0955-47-2006</b>		
毎週水曜日・健康づくり教室 (ウオーキング)		
5日(水)	健康づくり教室 (スウェーデン式)	15:00 ~ 16:00
14日(水)	ふれあい教室	13:30 ~ 15:30
18日(月)	幼児教室	9:15 ~ 11:15
21日(木)	高齢者教室	10:00 ~ 12:00
25日(月)	わくわくハンパメイド教室	10:00 ~ 12:00
<b>福島公民館 ☎ 0955-48-2049</b>		
毎週火曜日・さわかきウオーキング		
7日(木)	えいごであそぼう！	15:30 ~ 16:00
12日(水)	婦人学級 (ハツロフトニス)	14:00 ~ 15:30
14日(木)	Lets enjoy English!	15:30 ~ 16:30
18日(月)	ラヂオ・チャンネル・ウエルネス	10:30 ~ 13:00
21日(木)	さあそび教室	15:30 ~ 17:00
28日(水)	たかしまつ子水中考古学教室	15:30 ~ 16:30

※各公民館では上記以外の講座も多数開催されております。詳しくは、各公民館までよりご確認ください。

# 子どものけんこう

問合せ先  
子育て・こども課

<b>福島保健センター</b>		
6,7日(水・木)	幼児歯科健診(個別通知あり)	9:30 ~ 15:30
18日(月)	・乳幼児相談 ・わくわくウエルネス教室(個別通知あり)	13:30 ~ 15:30 13:30 ~ 13:45
<b>松浦市消防署 2階多目的室</b>		
12日(火)	・1歳6カ月児健診(個別通知あり)	12:00 ~ 12:30
<b>志佐こどものいえ</b>		
13日(水)	・乳幼児相談 市役所別館会議室	9:30 ~ 11:00
14日(木)	わくわくウエルネス教室~産婦~(要予約・個別通知あり)	9:30 ~ 9:45
<b>中央公民館 2階</b>		
20日(水)	・わくわくウエルネス教室~栄養講座~(要予約・個別通知あり) ・離乳食教室(要予約)	9:30 ~ 9:45 9:30 ~ 9:45
<b>福島水仙苑</b>		
28日(木)	・幼児歯科健診(個別通知あり)	9:30 ~ 15:00

# 介護予防事業

問合せ先  
長寿介護課

<b>【介護予防教室】(松浦)</b>		
1日(金)	10:00 ~ 12:00	調川老人憩の家
8日(金)	10:00 ~ 14:00	きらきら21
22日(金)	10:00 ~ 12:00	調川老人憩の家
29日(金)	10:00 ~ 12:00	調川老人憩の家
<b>【介護予防教室】(福島)</b>		
1日(金)	9:00 ~ 14:00	福島保健センター
8日(金)	9:00 ~ 11:30	福島保健センター
15日(金)	9:00 ~ 11:30	福島保健センター
22日(金)	9:00 ~ 11:30	福島保健センター
29日(金)	9:00 ~ 11:30	福島保健センター
<b>【介護予防教室】(鷹島)</b>		
6日(水)	14:00 ~ 16:00	福島水仙苑
13日(水)	14:00 ~ 16:00	福島水仙苑
20日(水)	10:00 ~ 14:00	福島水仙苑
27日(水)	14:00 ~ 16:00	福島水仙苑
<b>【高齢者健康教室】(鷹島)</b>		
21日(木)	13:30 ~ 15:30	三里公民館
25日(月)	13:30 ~ 15:30	原公民館
<b>【すつきり元気教室】</b>		
毎週月曜日	9:30 ~ 11:00	きらきら21 (4日を除く)
毎週火曜日	13:30 ~ 15:00	鷹島支所
毎週水曜日	9:30 ~ 11:30	福島保健センター
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 (28日を除く)

# ¥今月の税金

問合せ先  
税務課

・国民健康保険税(6期)  
※今月の税金の納期限は12月2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

問合せ先  
上下水道課

中山設備 ☎ 0956-72-5361

# +休日当番医

月日	当番	医療機関
11月3日	菊地病院	☎ 0956-72-0151
4日	武部病院	☎ 0956-74-0007
10日	田中病院	☎ 0956-75-0211
17日	田中病院	☎ 0956-75-0211
23日	能家医院	☎ 0956-73-0077
24日	武部病院	☎ 0956-74-0007
12月1日	平田医院	☎ 0956-72-2521

※当番医は変更になることがあります。

# ☎健康テレホンサービス

月	脂質異常症
火	わきがの治療
水	睡眠が子どもに与える影響
木	いろんな中耳炎の話
金	精神科・心療内科受診についてのアドバイス
土日	月経痛について

☆フリーダイヤル(携帯電不可) ☎ 0120-555-203  
☆長崎 ☎ 095-826-5511  
※祝祭日は前日のテーマが流れます。