

# 11

# November.2016

## 市報まつら 行事カレンダー



SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)
<p><b>「女性の人権ホットライン」</b> 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) <b>「女性の人権ホットライン」強化週間</b> 11月14日(月)～20日(日)</p> <p>夫・パートナーからの暴力、ストーカー行為、職場におけるセクシャル・ハラスメントなど、一人で悩まず電話してください。 長崎地方裁判所 長崎県人権擁護委員連合会</p>		<p><b>1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>学校開放「みんなでオープンスクール」(~7日) 各小中学校</li> <li>酒で悩んでいる人の集い 13:30~16:00 きらきら21</li> </ul>	<p><b>2</b></p>	<p><b>3</b> 文化の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>小中学生弁論大会 9:30~13:00 文化会館</li> <li>今福町民文化祭 (~4日) 東部交流センター</li> <li>福島文化祭 (~4日) 福島体育館、福島武道館</li> </ul>	<p><b>4</b></p>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>移動図書館 (福島地区) 9:30~12:40 伊万里釜会館ほか4カ所</li> <li>鷹島モンゴルまつり 10:30~ 鷹島スポーツ文化交流センター</li> <li>調川町民文化展 (~6日) 調川公民館</li> <li>星鹿くんち</li> </ul>
<p><b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>うるうる福島朝市 (毎週日曜開催、13日は休み) 8:00~12:00 喜内瀬公園駐車場</li> <li>市民体育大会 (ソフトボール壮年SP) 9:00~ 市民運動公園</li> </ul>	<p><b>7</b> 文化会館休館日 図書館休館日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>外国人との接し方セミナー 10:00~12:00 市民ホール</li> <li>認知症の家族を抱える介護者の会 13:30~15:30 きらきら21</li> </ul>	<p><b>8</b></p>	<p><b>9</b></p>	<p><b>10</b> 図書館休館日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>身体障害者相談 9:00~12:00 身体障害者協会事務所 (社会福祉センター横)</li> <li>合同行政相談所 「なんでも無料相談会」 13:00~16:00 文化会館</li> <li>無料法律相談(要予約) 13:00~17:00 市役所2階第2会議室</li> </ul>	<p><b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>交通事故相談 10:00~16:00 市役所2階第2会議室</li> </ul>	<p><b>12</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>女性に対する暴力をなくす運動 (~25日)</li> <li>星鹿町民作品展 (~13日) 星鹿公民館</li> <li>鷹島公民館まつり 鷹島公民館</li> </ul>
<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>福島ふるさと祭り 9:00~16:00 福島総合運動公園お祭り広場</li> </ul>	<p><b>14</b> 文化会館休館日 図書館休館日</p>	<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>松浦市小・中学校音楽会 文化会館</li> <li>長崎県美術館名品展 移動美術館 (~24日) 10:00~18:00 文化会館</li> </ul>	<p><b>16</b></p>	<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>年金相談 10:00~15:00 市役所別館会議室</li> </ul>	<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>松浦市戦没者追悼式 10:00~ 文化会館</li> <li>婚活夜間相談窓口(要予約) 18:00~20:00</li> </ul>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>酒で悩んでいる人の集い 19:00~21:00 きらきら21</li> </ul>
<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市民文化祭(舞台発表) 9:30~17:00 文化会館</li> <li>第50回九州なぎなた大会 11:00~16:00 松浦スポーツセンター</li> </ul>	<p><b>21</b> 文化会館休館日 図書館休館日</p>	<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>身体障害者相談(鷹島地区) 13:30~16:30 鷹島支所</li> </ul>	<p><b>23</b> 勤労感謝の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>演劇「晶子の乱」 開場 13:30、開演 14:00 文化会館</li> </ul>	<p><b>24</b> 図書館休館日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>無料法律相談(要予約) 10:00~17:00 市役所2階第2会議室</li> <li>年末調整説明会 13:30~15:30 文化会館</li> </ul>	<p><b>25</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ひきこもり・不登校の家族の集い 19:00~21:00 きらきら21</li> </ul>	<p><b>26</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>第11回松浦ロードレース大会 《招待選手》 出岐雄大氏の陸上教室 15:00~ 市民運動公園 (雨天時は文化会館)</li> </ul>
<p><b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>第11回松浦ロードレース大会 8:30~開会式(市役所北玄関前) 9:10~スタート(親和銀行前)</li> <li>移動図書館(鷹島地区) 10:20~13:50 鷹島公民館ほか4カ所</li> </ul>	<p><b>28</b> 文化会館休館日 図書館休館日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>身体障害者相談(福島地区) 9:00~12:00 福島保健センター</li> <li>松浦市教育相談会(~30日) 14:00~16:00 勤労青少年ホーム (松浦スポーツセンター横)</li> </ul>	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>	<p>12月上旬の行事予定</p> <p>12月1日(木) ・学校開放「みんなでオープンスクール」(~7日) 市内小中学校</p> <p>12月4日(日) ・うるうる福島朝市 喜内瀬公園駐車場 ・人権講演会 文化会館</p> <p>12月4日(日)~10日(土) 人権週間</p> <p>12月5日(月) ・認知症の家族を抱える介護者の会 きらきら21</p>		

右側のミシン目から切り取ってご利用ください。

# ♪ 公民館講座

中央公民館 ☎ 0956-73-0711

1日(火)	ゆつくりきらきら講座(バック作り③)	13:30 ~ 15:30
4日(金)	健康づくり教室(スクエアステップ)	9:30 ~ 11:30
9日(水)	一般講座(でんきのお話とミニ門松づくり)	10:00 ~ 11:30
10日(木)	おやし塾(料理)	10:00 ~ 12:00
10、24日(木)	きらきら講座(バイナッブル編みのベスト)	13:30 ~ 15:30
17日(木)	高齢者学級(なかさき県民大学連携講座:住職講話)	10:00 ~ 11:30 万年青荘
18日(金)	健康づくり教室(ウォーキング)	9:30 ~ 11:30

今福公民館 ☎ 0956-74-1669

7日(月)	幼児教室(読み聞かせ)	10:00 ~ 10:30 今福保育園
14日(月)	幼児教室(英語教室)	10:00 ~ 11:00 今福保育園
17日(木)	婦人学級(おもてなし料理教室)	10:00 ~ 13:00
18日(金)	高齢者学級(人権講話)	10:00 ~ 11:00 高緒コミュニティセンター
30日(水)	一般教養講座(簡単お菓子作り&コーヒーの淹れ方)	13:30 ~ 15:30

調川公民館 ☎ 0956-72-3062

毎週木曜日	(10日を除く)・ウォーキング教室	9:30 ~ 11:30
10日(木)	高齢者学級(お菓子作り)	13:30 ~ 15:30
15日(火)	出前講座(カローリング)	13:00 ~ 14:30 松山田公民館
16日(水)	一般教養講座(干支(酉)の置物作り)	13:30 ~ 16:00
18日(金)	婦人学級(韓国料理)	10:00 ~ 13:00
22日(火)	一般教養講座(クリスマスリース作り)	14:00 ~ 16:00
25日(金)	一般教養講座(お魚料理教室)	10:00 ~ 13:00

上志佐公民館 ☎ 0956-72-0315

2、9日(水)	ダンベル体操	13:30 ~ 14:30
11、18日(金)	てくてくウォーキング	13:30 ~ 15:30 笛吹ダム
14日(月)	古典(徒然草)	14:00 ~ 15:20
16日(水)	体質改善コンディショニング	13:30 ~ 14:30
22日(火)	脳トレ講座	14:00 ~ 15:00
24日(木)	手作り講座	13:30 ~ 15:30
25日(金)	子育て支援教室	10:30 ~ 11:30

御厨公民館 ☎ 0956-75-0033

4日(金)	古典を楽しもう(徒然草)	13:30 ~ 14:30
10日(木)	福ふく学級(お菓子づくり)	13:30 ~ 15:30
16日(水)	声の泉(音読・訓読)	13:30 ~ 14:30
17日(木)	趣味の教室(韓国語教室)	13:30 ~ 14:30
22日(火)	趣味の教室(お魚料理教室)	10:00 ~ 13:00

星鹿公民館 ☎ 0956-75-1630

7日(月)	一般教養講座(エコの小物作り)	10:00 ~ 11:30
8日(火)	健康づくり教室(スクエアステップ)	10:00 ~ 11:30
15日(火)	歴史塾(御厨・星鹿地区史跡巡り)	9:00 ~ 11:30
17日(木)	男性塾(気ままなランチ教室)	10:00 ~ 13:00
21日(月)	放課後子ども教室(スクエアステップ)	15:30 ~ 16:30
22日(火)	一般教養講座(終活ノートの活用法)	10:00 ~ 11:30
24日(木)	女性塾(館外研修)	8:00 ~ 17:00

福島公民館 ☎ 0955-47-2006

毎週水曜日	(23日を除く)・健康ウォーキング	9:30 ~ 11:00
14日(月)	幼児教室	13:30 ~ 15:30 福島保健センター
15、22日(火)	・わくわく教室	13:00 ~ 16:30

鷹島公民館 ☎ 0955-48-2049

8、22日(火)	さわやかウォーキング	10:00 ~ 12:00
12日(土)	鷹島公民館まつり	10:00 ~ 16:00
16日(水)	ヨガ教室	20:00 ~ 21:30 スポーツ・文化交流センター
17日(木)	昔あそび教室	15:30 ~ 17:00
18日(金)	インターナショナル・クッキング	10:30 ~ 13:00

※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、各公民館だよりでご確認ください。

# ☺ 子どものけんこう

問合せ先  
子育て・こども課

松浦市保健センター

1日(火)	・乳児健診(個別通知あり)	11:45 ~ 12:30
8日(火)	・1歳6カ月児健診(個別通知あり)	12:00 ~ 12:30
9日(水)	・乳幼児相談	9:30 ~ 11:00
	・わくわくマタニティ教室(個別通知あり)	9:30 ~ 9:45
15日(火)	・3歳児健診(個別通知あり)	12:00 ~ 12:30
16日(水)	・わくわくマタニティ教室~栄養編~(個別通知あり)	9:30 ~ 9:45
	・離乳食教室(要予約)	9:30 ~ 9:45

福島保健センター

14日(月)	・乳幼児相談	13:30 ~ 15:30
	・わくわくマタニティ教室(個別通知あり)	13:30 ~ 13:45
30日(水)	・幼児歯科健診(個別通知あり)	9:30 ~ 15:30
12月1日(木)	・幼児歯科健診(個別通知あり)	9:30 ~ 15:30

鷹島水仙苑

16日(水)	・幼児歯科健診(個別通知あり)	10:00 ~ 15:00
--------	-----------------	---------------

# ✿ 介護予防事業

問合せ先  
長寿介護課

【介護予防教室】

2日(水)	13:30 ~ 15:30	鷹島水仙苑
4日(金)	14:00 ~ 16:00	松浦市保健センター
7日(月)	10:30 ~ 15:00	福島保健センター
9日(水)	9:30 ~ 11:30	鷹島水仙苑
11日(金)	14:00 ~ 16:00	松浦市保健センター
14日(月)	10:30 ~ 15:00	福島保健センター
18日(金)	10:00 ~ 14:00	松浦市保健センター
21日(月)	10:30 ~ 15:00	福島保健センター
25日(金)	14:00 ~ 16:00	松浦市保健センター
28日(月)	10:30 ~ 15:00	福島保健センター
30日(水)	13:30 ~ 15:30	鷹島水仙苑

【転倒予防教室】

1日(火)	9:30 ~ 11:30	福島保健センター
8日(火)	9:30 ~ 11:30	福島保健センター
15日(火)	9:30 ~ 11:30	福島保健センター
22日(火)	9:30 ~ 11:30	福島保健センター
24日(木)	13:30 ~ 15:00	西木場公民館
29日(火)	9:30 ~ 11:30	福島保健センター

【すっきり元気教室】

毎週水曜日	9:40 ~ 11:30	きらきら 21 (23日を除く)
毎週水曜日	9:30 ~ 11:30	福島保健センター(23、30日を除く)
毎週木曜日	9:30 ~ 11:30	東部交流センター(3日を除く)
毎週木曜日	9:30 ~ 11:00	鷹島支所(3日を除く)

# ¥ 今月の税金

問合せ先  
税務課

・国民健康保険税(8期分)  
※今月の税金の納期限は11月30日です。

# 💧 休日水道補修当番

問合せ先  
上下水道課

【11月】

(株)小松設備 ☎ 0956-72-2984

# + 休日当番医

月日	当番医療機関
11月3日	武部病院 ☎ 0956-74-0007
6日	江藤医院 ☎ 0956-72-3411
13日	菊地病院 ☎ 0956-72-0151
20日	田中病院 ☎ 0956-75-0211
23日	平田医院 ☎ 0956-72-2521
27日	木村医院 ☎ 0956-72-1101

※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	咳エチケット
火	ずいがん 肺がんのお話
水	赤ちゃんの夜泣きについて
木	湿布かぶれ
金	子どもの注意欠如多動症 (ADHD) と治療について
土日	PSAが高いと言われたら

☆フリーダイヤル ☎ 0120-555-203  
☆長崎 ☎ 095-826-5511  
※祝祭日は前日のテープが流れます。

