

# ♪ 公民館講座

## 中央公民館 ☎ 0956-73-0711

7日(金)	健康づくり教室(スクエアステップ)	9:30~11:30
12、19日(水)	きらきら講座(押し絵)	13:30~15:30
13日(木)	健康づくり教室(ウォーキング)	9:30~11:30
19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
20日(木)	高齢者学級(健康講話)	10:00~11:00 万年青荘
27日(木)	一般講座(ランチタイムイングリッシュ)	12:00~13:00

## 今福公民館 ☎ 0956-74-1669

3、13日(月・木)	婦人学級(PPバンドで作る買い物かご②③)	13:30~15:30 東部交流センター
8日(土)	放課後の子ども教室(ホタル観望会)	19:00~21:00 今福川上流
14日(金)	健康教室(リフレッシュ・コンディショニング)	10:00~11:30 東部交流センター
17日(月)	一般教養講座(南国の料理)	10:00~13:30 東部交流センター
20日(木)	高齢者学級(交通安全教室)	10:00~11:00 高齢者コミセン
24日(月)	幼児教室(英語教室)	10:00~11:00 今福保育園
26日(水)	幼児教室(ふれあい運動会)	10:00~12:00 今福保育園
27日(木)	地域子ども教室(英語教室)	15:30~16:45 東部交流センター

## 調川公民館 ☎ 0956-72-3062

毎週木曜日(13日を除く)	ウォーキング	9:30~
4日(火)	趣味の講座	13:00~15:30
11日(火)	脳トレ教室	13:00~15:00
13日(木)	リフレッシュ・コンディショニング	10:00~11:30
	昭和会(高齢者学級)	13:30~15:30
14日(金)	英語であそぼう	15:15~16:50 調川小学校
17日(月)	男の料理	10:00~12:00
25日(火)	幼児教室	10:00~11:00 調川保育所

## 上志佐公民館 ☎ 0956-72-0315

6日(木)	生き生きウォーキング	13:30~15:30
21日(金)	クッキング(ケーキ作り)	13:30~15:30
26日(水)	リフレッシュ・コンディショニング	13:30~15:30

## 御厨公民館 ☎ 0956-75-0033

10日(月)	高齢者学級(悪徳商法について)	10:00~11:30 西木場公民館
14日(金)	福ふく学級(ホウ酸団子作り)	13:30~15:30
17日(月)	一般教養講座(ふんわりバッグ①)	13:30~15:30
19日(水)	高齢者学級(マジックショー)	10:30~11:30
20日(木)	地域子ども教室(英語で遊ぼう!)	15:30~16:30 御厨小学校

## 星鹿公民館 ☎ 0956-75-1630

5日(水)	熟年大学(脳トレ・軽運動)	10:30~11:30
10、24日(月)	手作り広場(押し絵・豆ごよみ8・9月)	10:00~11:30
11日(火)	健康づくり教室(スクエアステップ)	10:00~11:30
13日(木)	地域子ども教室(スクエアステップ)	14:30~15:30
17日(月)	一般教養講座(多肉植物の寄せ植え)	13:30~15:30
18日(火)	歴史塾(歴史雑学)	10:00~11:30
20日(木)	男性塾(気ままなランチ教室)	10:00~13:00
27日(木)	女性塾(ハンドマッサージ)	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
4日(火)	料理教室	10:00~13:00
10日(月)	健康づくり教室(スクエアステップ)	10:00~11:30
20日(木)	高齢者教室	9:15~11:15 福島総合運動公園

## 鷹島公民館 ☎ 0955-48-2049

4、18日(火)	さわやかウォーキング	10:00~12:00
11日(火)	婦人学級(バウンドテニス)	13:30~15:00
13日(木)	Lets enjoy English!	15:30~16:30
17日(月)	インターナショナル・クッキング	10:30~13:00
	えいごであそぼう!	15:30~16:00 鷹島小学校
20日(木)	昔あそび教室	15:30~17:00
27日(木)	たかしま水中考古学教室	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

## 松浦市消防署2階多目的室

4日(火)	乳児健診(個別通知あり)	11:45~12:30
11日(火)	1歳6カ月児健診(個別通知あり)	12:00~12:30
18日(火)	3歳児健診(個別通知あり)	12:00~12:30

## 文化会館小ホール

5日(水)	幼児歯科相談(要予約)	9:30~15:30
-------	-------------	------------

## 市役所市民ホール

6日(木)	わくわくマタニティ教室~出産編~(要予約・個別通知あり)	9:30~9:45
-------	------------------------------	-----------

## 中央公民館2階

12日(水)	わくわくマタニティ教室~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

## 志佐こどものいえ

19日(水)	乳幼児相談	9:30~11:00
--------	-------	------------

## 福島保健センター

20日(木)	乳幼児健診(個別通知あり)	13:30~14:00
--------	---------------	-------------

# 🌸 介護予防事業

問合せ先  
長寿介護課

## 【介護予防教室】(松浦)

7日(金)	10:00~12:00	調川老人憩の家
14日(金)	10:00~12:00	調川老人憩の家
21日(金)	10:00~12:00	調川老人憩の家
28日(金)	10:00~14:00	中央公民館

## 【介護予防教室】(福島)

7日(金)	9:00~14:00	福島保健センター
14日(金)	9:00~11:30	福島保健センター
21日(金)	9:00~11:30	福島保健センター
28日(金)	9:00~11:30	福島保健センター

## 【介護予防教室】(鷹島)

12日(水)	14:00~16:00	鷹島水仙苑
19日(水)	10:00~14:00	鷹島水仙苑
26日(水)	14:00~16:00	鷹島水仙苑

## 【高齢者健康教室】(鷹島)

14日(金)	13:30~15:30	神崎公民館
21日(金)	13:30~15:30	里公民館

## 【すっきり元気教室】

毎週月曜日	9:30~11:00	きらきら21
毎週火曜日	13:30~15:00	鷹島支所(4日を除く)
毎週水曜日	9:30~11:30	福島保健センター(12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(6日を除く)

# ¥ 今月の税金

問合せ先  
税務課

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7月1日です。

# 💧 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
6月2日	武部病院 ☎ 0956-74-0007
9日	能塚医院 ☎ 0956-73-0077
16日	菊地病院 ☎ 0956-72-0151
23日	平田医院 ☎ 0956-72-2521
30日	江藤医院 ☎ 0956-72-3411
7月7日	菊地病院 ☎ 0956-72-0151

※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	心臓が原因で起こる 脳梗塞を予防しましょう
火	腰部脊柱管狭窄症の手術治療
水	心雑音を指摘されたら
木	「水いぼ」とは
金	入れ歯の着色はどうすればいいの?
土日	高齢男性の排尿困難・尿閉

☆フリーダイヤル(携帯電話不可) ☎ 0120-555-203

☆長崎 ☎ 095-826-5511

※祝祭日は前日のテープが流れます。