



右側のミシン目から切り取って利用してください

SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)
	<b>1</b> 文化会館休館日 図書館休館日 ・学校開放みんなでオープン スクール(～5日) 各小中学校 ・認知症の家族を抱える介護者の会 13:30～15:30 きらきら21	<b>2</b> ・離職者相談(要予約) 10:00～16:00 市役所別館地域職業相談 ・酒で悩んでいる人の集い 13:30～16:00 きらきら21	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>7</b> ・演劇「隠岐騒動」公演 開場 18:00 開演 18:30 文化会館ゆめホール	<b>8</b> 文化会館休館日 図書館休館日	<b>9</b> ・年金相談(予約制) 10:00～15:00 市役所別館多目的相談室	<b>10</b> ・身体障害者相談 9:00～12:00 社会福祉センター横 ・婚活相談・鷹島(要予約) 10:00～15:00	<b>11</b> ・認定司法書士無料相談会(要予約) 13:00～16:30 市役所5階教室	<b>12</b> ・交通事故巡回相談 10:00～16:00 市役所別館多目的相談室	<b>13</b>
<b>14</b>	<b>15</b> 海の日 図書館休館日	<b>16</b> 文化会館休館日 図書館休館日 ・離職者セミナー 10:00～12:00 市役所別館多目的相談室 ・離職者相談(要予約) 13:00～16:00 市役所別館地域職業相談室	<b>17</b> ・婚活相談・福島(要予約) 10:00～15:00	<b>18</b> ・無料法律相談会(要予約) 13:00～17:00 市役所別館多目的相談室	<b>19</b> ・第1学期終業式 各小中学校 ・婚活夜間相談窓口(要予約) 18:00～20:00	<b>20</b> ・酒で悩んでいる人の集い 19:00～21:00 きらきら21
<b>21</b> ・参議院議員通常選挙投票日 ・松浦よかばい朝トラ市 9:00～13:30 文化会館駐車場 ・第30回市陸上選手権大会 9:00～17:00 市民運動公園	<b>22</b> 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	<b>23</b> ・身体障害者相談(鷹島地区) 13:30～16:30 鷹島支所 ・市内児童代表者会議 14:00～16:00 市民ホール	<b>24</b> ・長崎県中学校総合体育大会 (陸上競技 ～25日) 県立総合運動公園(諫早市)	<b>25</b> 図書館休館日 ・年金相談(予約制) 10:00～15:00 市役所別館多目的相談室	<b>26</b> ・行政相談 10:00～16:00 福島支所 ・無料法律相談会(要予約) 10:00～17:00 市役所別館多目的相談室	<b>27</b> ・市消防団夏季訓練(鷹島地区) 8:30～11:30 鷹島総合運動公園 ・長崎県中学校総合体育大会 (球技・武道・水泳競技 ～29日) 県央、県南各会場
<b>28</b> ・市民体育大会(バレーボール) 9:10～ スポーツセンター ・市消防団夏季訓練(松浦地区) 9:00～16:00 志佐小学校(グラウンド、体育館) 志佐川河川敷(庄野橋付近)	<b>29</b> 文化会館休館日 図書館休館日	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>8月上旬の行事予定</b> 8月1日(木)・市内生徒代表者会議 14:00～16:30 文化会館 8月4日(日)・第37回全国高等学校総合文化祭「2013長崎しおかぜ総文祭」吟詠剣詩舞部門 9:30～17:20 文化会館ゆめホール 8月5日(月)・認知症の家族を抱える介護者の会 13:30～15:30 きらきら21 8月6日(火)・離職者相談(要予約) 10:00～16:00 市役所別館地域職業相談室 ・酒で悩んでいる人の集い 13:30～16:00 きらきら21		

左側のミシン目から切り取って利用してください

## 公民館講座

<b>中央公民館 ☎ 0956-73-0711</b>			
5、19日(金)	・健康づくり教室(のびのびリズム体操&ウォーキング)	9:30~11:30	
10日(水)	・成人講座(携帯電話の便利な使い方②)	9:30~11:30	
11日(木)	・母親学級(初心者向けタブレット講習)	10:00~12:00	子どもの家
11、16日(木、火)	・きらきらレディース講座(エコクラフト)	13:30~15:30	
12日(金)	・健康づくり教室(のびのびリズム体操&ヘルシー料理)	9:30~11:30	
18日(木)	・高齢者学級(健康体操)	10:00~11:30	万年青荘
27日(土)	・子ども将棋教室	9:30~11:30	
29日(月)	・おやし塾(ストレッチ体操&男の料理教室)	9:30~11:30	
<b>今福公民館 ☎ 0956-74-1669</b>			
1日(月)	・幼児教室(読み聞かせ)	10:00~11:00	今福保育所
8、22日(月)	・幼児教室(英語教室)	10:00~11:00	今福保育所
9日(火)	・朝の読み聞かせ	8:15~8:30	今福小学校
12日(金)	・婦人学級(沖縄のおやつ)	13:30~16:00	
16日(火)	・ウォーキング教室	10:00~12:00	
19日(金)	・高齢者学級(高齢者の事故について)	10:00~12:00	高齢者コミセン
<b>調川公民館 ☎ 0956-72-3062</b>			
毎週木曜日(11日を除く)	・ウォーキング	9:30~11:30	
8日(月)	・男の料理教室	9:30~13:00	
9日(火)	・携帯電話の講習会	13:30~15:30	
10日(水)	・出前講座(松山田公民館) 韓国料理	9:00~13:00	
10、24日(水)	・一般教養講座(韓国語)	13:30~14:30	
11日(木)	・なかよしくらぶ(省エネくらしについて)	13:30~15:00	
19日(金)	・婦人学級(笑いヨガ)	13:30~15:30	
<b>上志佐公民館 ☎ 0956-72-0315</b>			
毎週水曜日	・ダンベル体操	13:30~14:30	
毎週木曜日	・軽運動	13:30~14:30	
8日(月)	・古典を楽しむ(源氏物語を読もう)	13:50~15:20	
11、25日(木)	・子育て支援教室	10:30~11:30	
12日(金)	・わくわく女性講座(多用途帽子づくり)	10:00~12:00	
13日(土)	・韓国語講座	13:30~14:30	
22日(月)	・成人講座(リラクゼーションストレッチ)	13:30~15:00	
<b>御厨公民館 ☎ 0956-75-0033</b>			
4日(木)	・健康づくり講座(ふれあいウォーキング)	10:00~11:30	
8日(月)	・読み聞かせ	13:05~13:25	田代小学校
10日(水)	・読み聞かせ	14:25~14:45	大崎小学校
	・読み聞かせ	16:00~16:20	御厨小学校
11日(木)	・健康づくり講座(ヨガリラックス)	14:30~16:00	
16日(火)	・婦人学級(料理教室)	9:30~13:00	
17日(水)	・高齢者学級(スクエアステップ)	10:30~11:30	
<b>星鹿公民館 ☎ 0956-75-1630</b>			
3日(水)	・読み聞かせ	9:00~10:00	星鹿小学校
9日(火)	・一般講座(初めてのヨガ)	13:30~15:30	
11日(木)	・つななも会(松浦市の海底遺跡について)	10:00~12:00	
12日(金)	・ウォーキング	9:30~11:30	星鹿老人憩いの家
18日(木)	・男性塾(家庭料理)	15:00~17:00	
25日(木)	・女性塾(ちぎり絵)	13:30~15:00	
<b>福島公民館 ☎ 0955-47-2006</b>			
毎週火曜日(30日を除く)	・パソコン教室	10:00~11:30	
毎週水曜日	・健康づくり教室(体操・ウォーキング)	9:30~11:00	
18日(木)	・高齢者教室	9:15~11:45	
22日(月)	・幼児教室	13:30~15:30	福島保健センター
<b>鷹島公民館 ☎ 0955-48-2049</b>			
1~5日(月~金)	・星に願いをー七夕かざりー		
8日(月)	・うきうきウォーキング	10:00~12:00	
17日(水)	・ナチュラル・ハンドメイド	13:30~16:00	
18日(木)	・囲碁・将棋教室	15:30~17:00	

※夏休み子ども教室(サマースクール)は各公民館だよりをご覧ください。

## 子どものけんこう

○問合せ先 子育て・子ども課

<b>松浦市保健センター</b>		
9日(火)	・乳児健診(個別通知あり)	11:45~12:30
17日(水)	・乳幼児相談	9:30~11:00
23日(火)	・1歳6カ月児健診(個別通知あり)	12:00~12:30
30日(火)	・3歳児健診(個別通知あり)	12:00~12:30
<b>福島保健センター</b>		
22日(月)	・乳幼児相談	13:30~15:30
<b>鷹島高齢者生活福祉センター(水仙苑)</b>		
7日(日)	・乳児健診(個別通知あり)	12:30~13:30
	・1歳6カ月児健診(個別通知あり)	13:30~14:00
	・3歳児健診(個別通知あり)	14:00~14:30

## 介護予防事業

○問合せ先 健康ほけん課

<b>【介護予防教室】</b>		
3日(水)	13:30~16:00	水仙苑
5日(金)	10:30~15:00	福島保健センター
	14:00~16:00	松浦保健センター
10日(水)	13:30~16:00	水仙苑
12日(金)	10:30~15:00	福島保健センター
	14:00~16:00	松浦保健センター
17日(水)	13:30~16:00	水仙苑
19日(金)	10:00~14:00	松浦保健センター
	10:30~15:00	福島保健センター
26日(金)	10:30~15:00	福島保健センター
	14:00~16:00	松浦保健センター
<b>【転倒予防教室】</b>		
2日(火)	9:30~11:30	福島保健センター
9日(火)	9:30~11:30	福島保健センター
16日(火)	9:30~11:30	福島保健センター
18日(木)	13:30~15:00	西木場公民館
23日(火)	9:30~11:30	福島保健センター
25日(木)	13:00~14:30	黒島公民館
30日(火)	9:30~11:30	福島保健センター
<b>【脳健康教室】</b>		
3日(水)	9:30~11:30	きらきら21
4日(木)	9:30~11:30	今福公民館
10日(水)	9:30~11:30	きらきら21
11日(木)	9:30~11:30	今福公民館
17日(水)	9:30~11:30	きらきら21
18日(木)	9:30~11:30	今福公民館
24日(水)	9:30~11:30	きらきら21
25日(木)	9:30~11:30	今福公民館
31日(水)	9:30~11:30	きらきら21

## 今月の税金

○問合せ先 税務課

- ・固定資産税(2期分)
  - ・国民健康保険税(4期分)
- ※今月の税金の納期限は7月31日です。

## 休日当番医

月日	当番医療機関
7月7日	平田医院 ☎ 0956-72-2521
14日	田中病院 ☎ 0956-75-0211
15日	白壁医院 ☎ 0956-74-0221
21日	押淵病院 ☎ 0956-75-0311
28日	坂口医院 ☎ 0956-72-5900
8月4日	菊地病院 ☎ 0956-72-0151
11日	間宮医院 ☎ 0956-75-0208

※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(7月)

月	間質性肺炎
火	胃ろうの合併症
水	熱中症
木	夏のダニ・虫刺され
金	摂食障害
土日	持続勃起症

☆フリーダイヤル ☎ 0120-555-203  
 ☆佐世保 ☎ 0956-23-4300  
 ※祝祭日は前日のテープが流れます。