



3

2024 March

月はまだ情報カレンダー

※ このカレンダーは、「広報はまだ」の別紙です。「広報はまだ」と一緒にご覧ください。

問合せ
 市役所(代表) ☎2612
 金城支所 ☎1234
 旭支所 ☎1234
 弥栄支所 ☎2111
 三隅支所 ☎2800

※ ●印で開催場所を明記していない行事の会場は、子育て世代包括支援センターです。◆印の時間や会場は各支所にお問い合わせください。
申込み・問合せ
 ● 子育て世代包括支援センター「すくすく」☎1253
 ◆ 各支所市民福祉課



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT								
<p>P○=「広報はまだ」 Oページをご覧ください。 各種相談・子育て広場・献血・断酒会・サロン・図書館のもよおし・ラブック号について、詳しくは裏面をご覧ください。</p> <p>予定は、変更になる場合があります。開催状況など、詳しくは主催者にお問い合わせください。</p>	<p>3月は、国民健康保険料の第10期及び後期高齢者医療保険料の第9期の納付月です。納期限(口座振替日)は、4月1日(月)です。 ※ 口座振替の人は、残高の確認をお願いします。</p>	<table border="1"> <tr><td>市県民税などの申告相談(2月号P8)</td><td>3月15日(金)まで</td></tr> <tr><td>3月浜田市議会定例会議(2月号P24)</td><td>3月18日(月)まで</td></tr> <tr><td>春季全国火災予防運動(P8)</td><td>3月1日(金)~7日(木)</td></tr> <tr><td>自死対策強化月間(P21)</td><td>3月</td></tr> </table>	市県民税などの申告相談(2月号P8)	3月15日(金)まで	3月浜田市議会定例会議(2月号P24)	3月18日(月)まで	春季全国火災予防運動(P8)	3月1日(金)~7日(木)	自死対策強化月間(P21)	3月		29	<p>1 ●すぱーす・ひだまり 10:00~</p> <p>献血/法律相談/育児相談(子育て世代包括支援センター)/健康相談(本庁)</p>	<p>2 ○浜田まちセンフェスタ(2月号P27) ○弥栄神楽まつり(P25) ○おはなし会(中央図書館)</p> <p>難病相談(一般)</p>
市県民税などの申告相談(2月号P8)	3月15日(金)まで													
3月浜田市議会定例会議(2月号P24)	3月18日(月)まで													
春季全国火災予防運動(P8)	3月1日(金)~7日(木)													
自死対策強化月間(P21)	3月													
<p>3 ○浜田まちセンフェスタ(2月号P27) ○おはなしタンポポおはなし会(中央図書館) ○ブっくんのおはなしタイム(旭図書館) ○乳がん検診(P21)</p> <p>当番医 岡本英司</p>	<p>4 ○難病患者・家族交流会「ほほえみサロン」(P25)</p> <p>健康・栄養相談(旭)</p>	<p>5 断酒会(浜田)/ラブック号</p>	<p>6 ●1歳6か月児健診(令和4年8月生まれ) ○ひきこもり相談支援 当事者会(P25)</p> <p>交通事故相談/行政・人権相談(本庁)/行政相談(金城)/栄養・糖尿病相談(本庁)/ほっとサロン浜田</p>	<p>7 ●おもちゃの病院 13:30~15:30 ●音楽リラクゼーション 14:00~15:00 ◆あっくんっちゃん広場(旭) ◆ひよこクラブ(三隅)</p> <p>断酒会(旭)/長浜子育て広場/こころの健康相談/認知症カフェ「オレンジカフェはまだ」/認知症カフェ「カフェすぎはら」/ラブック号</p>	<p>8 ●絵本の会 10:30~10:45</p> <p>法律相談/育児相談(子育て世代包括支援センター)/健康相談(本庁)</p>	<p>9 ○しまね分かち合いの会・虹(P26) ○おはなし会・電子紙芝居(中央図書館) ○おはなし会&かんたん!30分こうさく(金城図書館) ○おはなし会&ぺたぺた・アートワーク(三隅図書館)</p>								
<p>10 ○ノルディックウォーキング体験会(2月号P27) ○ゲートキーパー研修会(P26) ○「中国寧夏&クコの美」交流会in浜田(P26)</p> <p>断酒会(西川病院)</p> <p>当番医 小池昌弘</p>	<p>11 ○ひきこもり相談支援 家族会(P25)</p> <p>行政相談(三隅)/栄養・糖尿病相談(三隅)</p>	<p>12 ●食育講座 10:00~ ◆みすみっ子サロン(三隅)</p> <p>断酒会(弥栄)/育児相談(三隅)/健康・栄養相談(弥栄)/ラブック号</p>	<p>13 ●乳児健診(令和5年10月生まれ)</p> <p>交通事故相談/行政・人権相談(本庁)/栄養・糖尿病相談(本庁)/難病相談(就労)/福祉職場相談会/ほっとサロン浜田/サロンひまわり/ラブック号</p>	<p>14 ◆ふれあい子育てサロン(金城) ◆ひよこクラブ(三隅)</p> <p>周布子育て広場/育児相談(弥栄)</p>	<p>15 ○島根県立大学学生研究奨励事業成果報告発表会(P26)</p> <p>法律相談/断酒会(金城)/育児相談(子育て世代包括支援センター)/健康相談(本庁)</p>	<p>16 ○浜田少年少女合唱団体験会(P26) ○おはなし会(中央図書館)</p> <p>認知症カフェ「オレンジカフェはまだ」/認知症カフェ「C a f éならあね」</p>								
<p>17 ○石央文化ホール女子神楽同好会「舞姫社中」公演(2月号P27) ○神楽の里かなぎ共演大会(P26) ○石州刀剣会鑑賞会(P26)</p> <p>婚活相談室「はぴこ交流サロン」</p> <p>当番医 中村慎一</p>	<p>18 ●ママパパ学級 14:00~15:30</p>	<p>19 ●わくわくタイム 10:00~ ◆ふれあいすくすくサロン(弥栄)</p> <p>断酒会(浜田)/健康・栄養相談(金城)</p>	<p>20 春分の日</p> <p>当番医 河田公子</p>	<p>21 ●おもちゃの病院 13:30~15:30 ●音楽リラクゼーション 14:00~15:00 ◆ひよこクラブ(三隅) ○ひきこもり相談支援 当事者会(P25) ○てんとう虫飾り作りと春の歌のコンサート(P26)</p> <p>こころの健康相談</p>	<p>22 法律相談/育児相談(子育て世代包括支援センター)/健康・禁煙相談(本庁)/婚活相談室「はぴこ交流サロン」</p>	<p>23 ○浜田少年少女合唱団体験会(P26) ○ボランティア海岸清掃(P26) ○おはなし会(中央図書館)</p>								
<p>24 ○大平桜まつり(P27) ○電子紙芝居(中央図書館)</p> <p>断酒会(西川病院)</p> <p>当番医 沖田浩一</p>	<p>25 ●こころの相談 13:00~ ○ひきこもり相談支援 家族会(P25)</p>	<p>26 ●離乳食講座 1回~完了期 10:00~ はじめての離乳食 13:30~</p> <p>犯罪被害の一日面接相談所/ラブック号</p>	<p>27 ●3歳児健診(令和2年11月生まれ) ○ひきこもり相談支援 呼吸法(ヨガ)体験会(P25)</p> <p>交通事故相談/行政・人権相談(本庁)/栄養・糖尿病相談(本庁)/若者なんでも相談会/ひとり親家庭無料法律相談/ほっとサロン浜田</p>	<p>28 ●ひよこの会 10:00~ ●手作りおもちゃの会 13:30~15:00 ◆ひよこクラブ(三隅)</p> <p>手話による年金相談/ラブック号</p>	<p>29 法律相談/育児相談(子育て世代包括支援センター)/健康相談(本庁)</p>	<p>30 ○浜田少年少女合唱団体験会(P26) ○おはなし会(中央図書館) ○春のおはなし会(三隅図書館)</p>								
<p>31 ○ふるさと歴史紀行(P27) ○避難所運営(HUG)を学びませんか(P27)</p> <p>当番医 津森道弘</p>														

Q&A 暮らしのサービスガイド

内容	日時	場所・連絡先など
火災のテレホンサービス	随時	☎24343
交通事故相談 交通事故相談員による無料相談	毎週水曜日 9:00~12:00 13:00~16:00	浜田合同庁舎1階 島根県交通事故相談所浜田相談室 ☎295563
法律相談(要予約)	毎週金曜日 10:00~12:00 13:00~16:00	市役所北分庁舎1階 石見法律相談センター ☎24514
法 テ ラス	法トラブルに関する情報提供	月~金曜日 9:00~21:00 土曜日(コールセンターのみ) 9:00~17:00
	法律相談(要予約)	月~金曜日 9:00~17:00
相続・遺言・任意後見・離婚給付(養育費など)・ その他各種契約等公証法律相談(要予約)	月~金曜日 9:00~16:30 原則 第4日曜日 10:00~15:00	いわみーる2階 浜田公証役場 ☎27281
犯罪被害の一日面接相談所	第4火曜日 12:00~16:00	いわみーる3階 島根被害者サポートセンター ☎085225928
若者なんでも相談会(要予約)	3月27日(水) 13:00~15:00	ハローワーク浜田 しまね西部若者サポートステーション ☎26830
ひとり親家庭無料法律相談(要予約)	第4水曜日 13:30~15:30	いわみーる 島根県母子寡婦福祉連合会 ☎085225920
外国人に関する無料法律相談(要予約)	第4水曜日 13:00~16:00	島根県立大学内
外国人に関する一般相談	月~金曜日 9:00~17:00	励しまね国際センター西部支所 ☎27990
消費生活相談	月~金曜日 10:00~15:00	市役所本庁舎2階 消費生活相談室 ☎23160
労働相談	月・水・金曜日 8:30~17:15	県雇用政策課 ☎085226557
福祉職場相談会	3月13日(水) 10:00~12:00	ハローワーク浜田2階 島根県社会福祉協議会石見支所 ☎29340
婚活相談室「はぴこ交流サロン」(要予約)	第3日曜日 9:30~11:30	石見文化ホール
	第4金曜日 18:00~20:00	浜田はぴこ会(ショートメール専用) 浜田まちづくりセンター ☎080-2934-5896
縁結び相談(要予約)	随時 10:00~15:00	らんぐ交流館 ☎24562
登記手続案内(要予約)	月・火・水曜日 9:00~16:00	松江地方法務局浜田支局 ☎20959
育児相談	毎週金曜日 9:30~11:00 13:30~14:30	子育て世代包括支援センター ☎21253 ※ 各地域の開催については、各支所にお問い合わせください。
健康相談(要予約)	毎週金曜日 13:00~15:00	市役所本庁舎地階 健康相談室
栄養・糖尿病相談(要予約)	毎週水曜日 13:00~17:00	健康医療対策課 ☎29311
禁煙相談(要予約)	第4金曜日 13:00~15:00	市役所金城支所 相談室 金城支所市民福祉課 ☎21235
健康・栄養相談 金城・弥栄：予約が必要です。 旭：乳幼児の健康・栄養相談にも応じます。 三隅：糖尿病相談は予約が必要です。	3月19日(火) 13:30~15:00	市役所金城支所 相談室 金城支所市民福祉課 ☎21235
	3月4日(月) 9:30~11:00	市役所旭支所 健康相談室 旭支所市民福祉課 ☎21435
	3月12日(火) 9:00~11:00	杵束まちづくりセンター 会議室 弥栄支所市民福祉課 ☎2656
こころの健康相談(要予約)	3月11日(月) 13:00~15:00	市役所三隅支所 第4会議室 三隅支所市民福祉課 ☎22806
	3月7日(木) 13:30~15:30 3月21日(木) 13:30~15:30	浜田保健所 浜田保健所健康増進課 ☎29550
ひきこもり相談支援窓口	月~金曜日 9:00~17:00	浜田市社会福祉協議会 ☎070-2687-7070
がん患者とその家族の集い 「ほっとサロン浜田」	毎週水曜日 13:00~15:30	浜田医療センター6階多目的室
女性だけのがんサロン 「サロンひまわり」	第2水曜日 12:00~13:00	浜田医療センターがん相談支援センター ☎27096
難病相談(一般相談) 治療、生活などに関する相談	月~金曜日 8:30~16:30	しまね難病相談支援センター ☎0853248510
	3月2日(土) 9:00~11:30	
難病相談(就労相談・要予約)	3月13日(水) 13:30~15:30	
オレンジカフェはまだ(介護者の悩み相談会)	3月7日(木) 13:30~15:30	ひだまりふっくら 金子さん ☎080-1631-3583
オレンジカフェはまだ(認知症の人と介護者の集い)	3月16日(土) 13:30~15:30	
認知症カフェ「カフェすぎはら」	3月7日(木) 13:30~15:30	カフェすぎはら 杉原さん ☎270490
認知症カフェ「Caféならあね」	3月16日(土) 10:00~11:30	長安本郷宮組集会所横「ならあね」GHふいさん・岩田さん・伊藤さん ☎2939
島根いのちの電話	日~金曜日 9:00~22:00 土曜日は翌日9:00まで(24時間)	島根いのちの電話 ☎0852267575
手話による年金相談(要予約)	第4木曜日 13:00~16:00	浜田年金事務所 ☎20670
行政・人権相談	毎週水曜日 10:00~12:00 13:00~15:00	市役所本庁舎1階 市民相談室
行政相談	3月6日(水) 9:00~12:00	雲城まちづくりセンター(金城)
	3月11日(月) 10:00~13:00	三隅保健センター(三隅)
人権相談	月~金曜日 8:30~17:15	松江地方法務局浜田支局 ☎20959

※ 祝日の場合は、各連絡先にお問い合わせください。

3月の休日応急診療所

日	当番医	当番薬局
3日(日)	岡本 英司	とまと薬局長沢店(長沢町)
10日(日)	小池 昌弘	さんさん薬局(港町)
17日(日)	中村 慎一	くまさん薬局(朝日町)
20日(祝)	河田 公子	ウエーブいわみ薬局(浅井町)
24日(日)	沖田 浩一	えびす薬局(蛭子町)
31日(日)	津森 道弘	あつた薬局(熱田町)

休日に病気になったら、休日応急診療所を利用してください。
 なお、ご利用にあたっては新型コロナウイルス感染症対策のため、事前に休日応急診療所(☎21123)へお電話ください。
 ※ 当番医と当番薬局は変更になることがあります。
 ※ 当番医の診療科や症状によっては、対応が難しく、ほかの医療機関を紹介する場合があります。

受付時間 10:00~11:30・13:00~14:30

場所 浜田駅北側(田町757番地3) ☎21123

問合せ 健康医療対策課 ☎29310

3月の献血日程《全血献血》

日	献血会場	町名	受付時間
1日(金)	中国電力ネットワーク(株)浜田ネットワークセンター	黒川町	9:00~10:00
	J Aしまねいわみ中央地区本部	黒川町	11:00~12:00

3月の図書館のもよおし

	もよおし	開催日	時間	内容
中央	おはなし会	毎週土	10:45	第3土曜日は「楽しいデコレーション」を開催
	おはなしタンポポおはなし会	3日(日)	10:45	子どものための聞くおはなし会
	電子紙芝居	9日(土)	14:00	「花咲か爺さん」、「天狗の隠れ蓑」、クイズ
		24日(日)	14:00	「こぶとり爺さん」、「小鳥と花」、クイズ
金城	おはなし会&かんたん! 30分こうさく	9日(土)	10:00	大型絵本や紙芝居などの読み聞かせと楽しいこうさく こうさくテーマ: マドラーでかんたん! オリジナルのパズルを作ろう (こうさくは先着10人)
旭	ブックのおはなしタイム	3日(日)	10:30	ボランティア(親子読書アドバイザー)による読み語りと工作 3月の工作は「色紙でおいしいクレープ屋さん」(工作は先着10人)
三隅	おはなし会&ぺたぺた・アートワーク	9日(土)	10:30	ボランティアによる絵本や紙芝居の読み語りと工作
	春のおはなし会	30日(土)	14:00	ボランティアによる小学生向けの読み語り

3月の移動図書館L♡VE BOOK(ラブック)号巡回日程表

貸出し 全館合わせて1人10冊まで 返却 次回巡回時(約1か月後) 問合せ 中央図書館 ☎20480

※ 貸出しには、利用者カードが必要です(利用者カードは、図書館全館・ラブック号共通で使用できます)。

5日(火)	今福小学校 10:00~10:40	今福まちづくりセンター 10:50~11:20	波佐小学校 12:40~13:20	波佐まちづくりセンター 13:30~14:00	小国まちづくりセンター 14:20~14:50	久佐まちづくりセンター 15:20~15:50
7日(木)	石見まづくりセンター佐野分館 9:20~9:50	雲城小学校 10:10~10:50	きんたの森交流館 11:00~11:30	金城中学校 12:50~13:20	木田まちづくりセンター 14:00~14:30	美又まちづくりセンター 15:00~15:30
12日(火)	市木まちづくりセンター 10:00~10:30	都川高齢者活動促進センター 10:50~11:20	旭中学校 12:30~13:00	旭小学校 13:10~13:50	和田まちづくりセンター 14:00~14:30	旭町南高台町内 14:50~15:20
13日(水)	岡見小学校 10:10~10:50	わくわくマーケット 11:00~11:30	三隅まちづくりセンター 12:45~13:15	三保まちづくりセンター 13:30~14:00	白砂まちづくりセンター 14:15~14:45	大麻まちづくりセンター 15:00~15:30
26日(火)	国府まちづくりセンター有福分館 9:40~10:10	美川小学校・第四中学校 12:40~13:30	美川まちづくりセンター 13:40~14:10	美川まちづくりセンター西分館 14:30~15:00		
28日(木)	弥栄小学校 10:10~10:50	安城まちづくりセンター 11:00~11:30	弥栄中学校 13:00~13:30	井野まちづくりセンター 14:00~14:30	黒沢まちづくりセンター 15:00~15:30	

3月の子育て広場の行事

開催日	場所	内容
7日(木)	長浜まちづくりセンター	桃の節句~折り雛作り~
14日(木)	周布まちづくりセンター	お楽しみ会

時間 10:00~11:00

参加料 1家族100円

問合せ 社会福祉協議会 ☎20094

※ いずれの会場も予約が必要です。

3月の断酒会日程

日時	場所	問合せ
10日(日) 13:30	西川病院1階	西川病院
24日(日) ~15:00	カンファレンスルーム	☎22390
5日(火)	浜田合同庁舎	山口源吉さん
19日(火)	総合福祉センター	☎22495
15日(金)	みどりかいかん	金城支所市民福祉課
7日(木)	旭保健センター	旭支所市民福祉課
12日(火)	弥栄会館	弥栄支所市民福祉課