



# 3

2025 March



※ 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。

# 月はまだ情報カレンダー



問合せ  
 市役所(代表) ☎22 2 6 1 2  
 金城支所 ☎42 1 2 3 4  
 旭支所 ☎45 1 2 3 4  
 弥栄支所 ☎48 2 1 1 1  
 三隅支所 ☎32 2 8 0 0

※ ●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」 ☎21 2 5 3  
 ◆ 各支所市民福祉課

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT								
<p>P〇=「広報はまだ」〇ページをご覧ください。  <b>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。</b></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><b>3</b>月、<b>国民健康保険料</b>の第10期及び<b>後期高齢者医療保険料</b>の第9期の納付月です。納期限(口座振替日)は、<b>3月31日(月)</b>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>税の申告相談(2月号P6)</td> <td>3月14日(金)まで</td> </tr> <tr> <td>浜田市議会定例会議(2月号P20)</td> <td>3月18日(火)まで</td> </tr> <tr> <td>春季全国火災予防運動(P10)</td> <td>3月1日(土)～7日(金)</td> </tr> <tr> <td>自死対策強化月間(P22)</td> <td>3月</td> </tr> </table>	税の申告相談(2月号P6)	3月14日(金)まで	浜田市議会定例会議(2月号P20)	3月18日(火)まで	春季全国火災予防運動(P10)	3月1日(土)～7日(金)	自死対策強化月間(P22)	3月		27	28	<p><b>1</b></p> <p>○華道家元池坊浜田支部花展(2月号P27)          ○弥栄神楽まつり(P28)          ○獣害対策研修会(P28)          ○おはなし会(中央図書館)</p> <p>難病相談(一般)</p>
税の申告相談(2月号P6)	3月14日(金)まで													
浜田市議会定例会議(2月号P20)	3月18日(火)まで													
春季全国火災予防運動(P10)	3月1日(土)～7日(金)													
自死対策強化月間(P22)	3月													
<p><b>2</b></p> <p>○華道家元池坊浜田支部花展(2月号P27)          ○ブックんのおはなしタイム(旭図書館)          ○乳がん検診(P23)</p> <p>当番医 佐藤誠</p>	<p><b>3</b></p> <p>育児相談(旭)／健康・栄養相談(旭)／          栄養・糖尿病相談(三隅)</p>	<p><b>4</b></p> <p>断酒会(浜田)／ラブック号</p>	<p><b>5</b></p> <p>●1歳6か月児健診(令和5年8月生まれ)</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)／          ひきこもり当事者会／ほっとサロン浜田</p>	<p><b>6</b></p> <p>●音楽リラクゼーション 14:00～15:00          ◆あっくんなっちゃん広場(旭)          ◆ひよこクラブ(三隅)</p> <p>断酒会(旭)／長浜子育て広場／認知症          カフェ「カフェすぎはら」</p>	<p><b>7</b></p> <p>●すぱーす・ひだまり 10:00～</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><b>8</b></p> <p>○浜田まちセンフェスタ(2月号P27)          ○浜田郷土資料館友の会講演会(2月号P27)          ○しまね分かち合いの会・虹(P28)          ○おはなし会・電子紙芝居(中央図書館)          ○おはなし会&amp;かんたん!30分こうさく(金城図書館)          ○おはなし会&amp;工作会(三隅図書館)</p>								
<p><b>9</b></p> <p>○浜田まちセンフェスタ(2月号P27)          ○ノルディックウォーキング(2月号P27)</p> <p>断酒会(西川病院)</p> <p>当番医 瀧川遼</p>	<p><b>10</b></p> <p>●こころの相談 13:00～          ○夢ミヅキ スプリングコンサート(P28)</p> <p>行政相談(三隅)</p>	<p><b>11</b></p> <p>●食育講座 10:00～</p> <p>断酒会(弥栄)／育児相談(金城・三隅)／          健康・栄養相談(金城・弥栄)／フリー          スペース当事者会／ラブック号</p>	<p><b>12</b></p> <p>●乳児健診(令和6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</p>	<p><b>13</b></p> <p>●音楽リラクゼーション 14:00～15:00          ◆ひよこクラブ(三隅)</p> <p>周布子育て広場／こころの健康相談／          ラブック号</p>	<p><b>14</b></p> <p>●絵本の会 10:30～10:45</p> <p>献血／法律相談／断酒会(三隅)／育児          相談(子育て世代包括支援センター)／          健康相談(本庁)／ひきこもり家族会</p>	<p><b>15</b></p> <p>○しまねミモザフェスティバル(P28)          ○おはなし会(中央図書館)</p> <p>献血／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          らぁね」</p>								
<p><b>16</b></p> <p>○夢ミヅキ スプリングコンサート(P28)          ○しまねミモザフェスティバル(P28)          ○ドキュメンタリー映画上映会(P28)          ○神楽の里 かなぎ共演大会(P28)</p> <p>婚活相談室「はぴこ交流サロン」</p> <p>当番医 大石和弘</p>	<p><b>17</b></p> <p>●いわみケーブルアナウンサーによる          読み聞かせ 10:30～</p> <p>ひきこもり当事者会</p>	<p><b>18</b></p> <p>●わくわくタイム 10:00～          ●ママパパ学級 14:00～          ◆ふれあいすくすくサロン(弥栄)</p> <p>断酒会(浜田)</p>	<p><b>19</b></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)／ほっとサ          ロン浜田／ラブック号</p>	<p><b>20 春分の日</b></p> <p>当番医 能美尚</p>	<p><b>21</b></p> <p>○学生研究奨励事業成果報告発表会(P28)</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)／育児          相談(旭)／健康相談(本庁)／フリース          ペース家族会</p>	<p><b>22</b></p> <p>○ボランティア海岸清掃(P29)          ○おはなし会(中央図書館)          ○春のおはなし会&amp;べたべた・アート          ワーク(三隅図書館)</p>								
<p><b>23</b></p> <p>○電子紙芝居・歌と絵本のハーモニー          ライブ(中央図書館)          断酒会(西川病院) 当番医 邊田健一</p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p> <p>●離乳食講座          1回～完了期 10:00～          はじめての離乳食 13:30～</p> <p>ひきこもり家族会／犯罪被害の一日面          接相談所／ラブック号</p>	<p><b>26</b></p> <p>●3歳児健診(令和3年11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)／ひきこも          り支援(呼吸法・ヨガ体験会)／若者就          職なんでも相談会／ひとり親家庭無料          法律相談／ほっとサロン浜田</p>	<p><b>27</b></p> <p>●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>こころの健康相談／手話による年金相          談／ラブック号</p>	<p><b>28</b></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・禁煙相談(本庁)          ／婚活相談室「はぴこ交流サロン」</p>	<p><b>29</b></p> <p>○おはなし会(中央図書館)</p>								
<p><b>30</b></p> <p>○ふるさと歴史紀行(P29)          ○大平桜まつり(P29)          ○石川佳純47都道府県サンクスツアー(P29)          ○たっち&amp;ぴ〜す石見 講演会(P29)          当番医 彌重博巳</p>	<p><b>31</b></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 ☎②5563
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26日(休) 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 ☎③3160
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12日(休) 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 ☎③4562
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	
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11日(火) 13:30~15:00	市役所金城支所 健康相談室 金城支所市民福祉課 ☎④1235
	3月3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 ☎④1435
	3月11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 ☎④2656
	3月3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 ☎③2806
こころの健康相談(要予約)	3月13日(休) 13:30~15:30	浜田保健所
	3月27日(休) 13:30~15:30	浜田保健所健康増進課 ☎②5550
ひきこもり相談・当事者会家族会等 問合せ窓口(要予約)	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	
	3月1日(出) 9:00~11:30	しまね難病相談支援センター ☎0853②8510
難病相談(就労相談・要予約)	3月12日(休) 13:30~15:30	
オレンジカフェはまだ(認知症の人と介護者の集い)	3月15日(出) 13:30~15:30	中央図書館 多目的ホール 津野さん ☎090-1685-7455
認知症カフェ「カフェすぎはら」	3月6日(休) 13:30~15:30	杉原寝具店 杉原さん ☎②0490
認知症カフェ「C a f éならあね」	3月15日(出) 10:00~11:30	長安本郷宮組集会所横「ならあね」 GHふじいさんち伊藤さん ☎④2939
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 ☎0852②7575
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5日(休) 9:00~12:00	雲城まちづくりセンター(金城)
	3月10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
2日(日)	佐藤 誠	ウエーブたまち薬局(田町)
9日(日)	瀧川 遼	ひよこ薬局(熱田町)
16日(日)	大石 和弘	くまさん薬局(朝日町)
20日(祝)	能美 尚	くまさん薬局(朝日町)
23日(日)	邊田 健一	ウエーブいわみ薬局(浅井町)
30日(日)	彌重 博己	シーズ薬局高田町店(高田町)

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。  
 ※ 来院時におくすり手帳をご持参ください。  
**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
14日(金)	西川病院	港町	14:00~16:30
15日(土)	石見文化ホール 後援: 浜田亀山ライオンズクラブ	黒川町	9:30~11:30
			13:00~15:00

## 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
	電子紙芝居	8日(出)	14:00	「こぶとり爺さん」、「桃太郎」、クイズ
		23日(日)	14:00	「花咲か爺さん」、「元気っ子カレー」、クイズ
	歌と絵本のハーモニーライブ	23日(日)	14:00	浜田少年少女合唱団のコーラスと絵本の読み聞かせのコラボレーション
金城	おはなし会&かんたん! 30分こうさく	8日(出)	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: いろいろな材料を使って桜を咲かせよう(こうさくは先着10人)
旭	ブックのおはなしタイム	2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「キラキラ折紙で、くるくるレインボースティックを作ろう」 (工作は先着10人)
三隅	おはなし会&工作会	8日(出)	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&ぺたぺた・アートワーク	22日(出)	14:00	小学生向けの読み語りと工作 工作はイースターエッグとうさぎさんを作ります

## 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)。

4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
11日(火)	市木まちづくりセンター 10:00~10:30	郡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	あさひ子ども園 14:00~14:30	和田まちづくりセンター 14:50~15:20
13日(休)	石見まちづくりセンター-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
19日(水)	三保保育園 9:30~10:00	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
25日(火)	国府まちづくりセンター-有福分館 9:40~10:10	うみかぜこども園 10:25~10:55	美川小学校 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	
27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	大麻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
6日(休)	長浜まちづくりセンター	ひな祭り
13日(休)	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
9日(日) 13:30	西川病院1階	西川病院
23日(日) ~15:00	カンファレンスルーム	☎②2390
4日(火) 19:00 18日(火) ~21:00 21日(金) 6日(休) 11日(火) 14日(金)	浜田合同庁舎	山口源吉さん
	総合福祉センター	☎②2495
	みどりかいかん	金城支所市民福祉課
	旭保健センター	旭支所市民福祉課
	弥栄会館	弥栄支所市民福祉課
	三隅まちづくりセンター	三隅支所市民福祉課