



2025 April 4 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) ☎22 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」
☎22 1 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〇＝「広報はまだ」〇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。 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。	31	1 断酒会(浜田)	2 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)／ひきこもり支援(呼吸法・ヨガ体験会)／ほっとサロン浜田	3 ◆ひよこクラブ(三隅)	4 ●すぺーす・ひだまり 10:00～ 法律相談／育児相談(子育て世代包括支援センター)／人権相談(金城・三隅)／健康相談(本庁)／ひきこもり当事者会	5 ○おはなし会(中央図書館)
6 ○ブックんのおはなしタイム(旭図書館)	7 献血／育児相談(旭)／行政相談(旭)／人権相談(旭・弥栄)／健康・栄養相談(旭・三隅)／フリースペース当事者会	8 断酒会(弥栄)／育児相談(三隅)	9 ●1歳6か月児健診(令和5年9月生まれ) 交通事故相談／行政相談(本庁)／栄養・糖尿病相談(本庁)／福祉職場相談会／難病相談(就労)／ほっとサロン浜田／サロンひまわり	10 ◆あっくん なっちゃん広場(旭) ◆ひよこクラブ(三隅) 周布子育て広場／育児相談(金城)／人権相談(本庁)／健康・栄養相談(金城)／ひきこもり家族会／ラブック号	11 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)／こころの健康相談／ラブック号	12 ○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(三隅図書館)
13 断酒会(西川病院)／グリーフケア芳縁 当番医 中村洋三	14 行政相談(三隅)	15 ○ノルディックウォーキング(3月号P29) 断酒会(浜田)／ラブック号	16 ●乳児健診(令和6年11月生まれ) 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	17 ●わくわくタイム 10:00～ ●ママパパ学級 14:00～ ●音楽リラクゼーション 14:00～15:00 ◆ひよこクラブ(三隅)	18 ●すぺーす・ひだまり 10:00～ ●歯ッPータイム 10:00～10:30 法律相談／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)／ひきこもり当事者会	19 ○おはなし会(中央図書館) 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」
20 ○ふるさと歴史紀行(P32) 婚活相談室「はぴこ交流サロン」 当番医 斎藤寛治	21 フリースペース家族会	22 ●離乳食講座 10:00～ 1回～完了期 13:30～ はじめての離乳食 健康・栄養相談(弥栄)／犯罪被害の一日面接相談所／ラブック号	23 ●3歳児健診(令和3年12月生まれ) ○はまキャリラボ! (P32) 交通事故相談／行政相談(本庁)／栄養・糖尿病相談(本庁)／ひきこもり家族会／ひとり親家庭無料法律相談／ほっとサロン浜田	24 ●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) 人権相談(本庁)／こころの健康相談／手話による年金相談／ラブック号	25 ●絵本の会 10:30～10:45 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」	26 ○ボランティア海岸清掃(P32) ○春の食べられる野草をみつけよう(P32) ○おはなし会(中央図書館)
27 ○石州刀剣会(P32) ○スプリングコンサートinはまだ(P33) ○遊春祭(P33) ○おはなし会&ワークショップ・電子紙芝居(中央図書館) ○特別上映会「はたらく細胞3」(中央図書館) 断酒会(西川病院) 当番医 北村健二郎	28 ●こころの相談 13:00～	29 昭和の日 当番医 笠田守	30 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	1	2 春の全国交通安全運動(P19) こどもの読書週間(P34)	3 憲法記念日 4月6日(日)～15日(火) 4月23日(水)～5月12日(月)

Q

A

く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	☎ ②4 3 4 3
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 ☎ ②5 5 6 3
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 ☎ ②4 5 1 4
法 テ ラ ス	法トラブルに関する情報提供	月～金曜日 土曜日(コールセンターのみ) 9:00～21:00 9:00～17:00	法テラス島根 ☎ 0 5 0-3 3 8 3-5 5 0 0 コールセンター ☎ 0 5 7 0-0 7 8 3 7 4
	法律相談（要予約）	月～金曜日 9:00～17:00	法テラス浜田法律事務所 ☎ 0 5 0-3 3 8 3-0 0 2 6
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 原則 第 4 日曜日 9:00～16:30 10:00～15:00	いわみーる 2 階 浜田公証役場 ☎ ②7 2 8 1
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 ☎ 0 8 5 2②5 9 2 8
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 ☎ 0 8 5 2②5 9 2 0
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	勸しまね国際センター西部支所 ☎ ②7 9 9 0
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 ☎ ③3 1 6 0
労働相談		月・水・金曜日 8:30～17:15	県雇用政策課 ☎ 0 8 5 2②6 5 5 7
福祉職場相談会		4 月 9 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 ☎ ②9 3 4 0
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	石央文化ホール
	第 4 金曜日	18:00～20:00	浜田はぴこ会(ショートメール専用) ☎ 0 8 0-2 9 3 4-5 8 9 6
縁結び相談（要予約）		随時 10:00～15:00	らんぐ交流館 ☎ ③4 5 6 2
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 ☎ ②0 9 5 9
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 ☎ ②1 2 5 3 ※ 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 健康医療対策課 ☎ ②9 3 1 1
栄養・糖尿病相談（要予約）		毎週水曜日 13:00～17:00	
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。	4 月 10 日(木)	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 ☎ ④1 2 3 5
	4 月 7 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 ☎ ⑤1 4 3 5
	4 月 22 日(火)	9:00～11:00	弥栄会館 健康相談室 弥栄支所市民福祉課 ☎ ④2 6 5 6
	4 月 7 日(月)	13:00～15:00	市役所三隅支所 集会室 三隅支所市民福祉課 ☎ ③2 8 0 6
こころの健康相談（要予約）		4 月 11 日(金) 4 月 24 日(木)	浜田保健所 浜田保健所健康増進課 ☎ ②5 5 5 0
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 ☎ 0 7 0-2 6 8 7-7 0 7 0
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 ☎ ②7 0 9 6
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 ☎ 0 8 5 3④8 5 1 0
難病相談（就労相談・要予約）		4 月 9 日(水) 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)		4 月 19 日(土) 13:30～15:30	ひだまりふっくら 津野さん ☎ 0 9 0-1 6 8 5-7 4 5 5
認知症カフェ「カフェすぎはら」		4 月 3 日(木) 13:30～15:30	杉原寝具店 杉原さん ☎ ⑦0 4 9 0
認知症カフェ「C a f éならあね」		4 月 19 日(土) 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 ☎ ④2 9 3 9
グリーンケア芳縁		4 月 13 日(日) 13:30～16:00	浜田まちづくりセンター 植田さん ☎ 0 9 0-7 5 4 8-4 9 6 6
島根いのちの電話		日～金曜日 土曜日は翌日9:00まで (24時間)	島根いのちの電話 ☎ 0 8 5 2②7 5 7 5
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 ☎ ②0 6 7 0
行政・人権相談 ※ 第 2・第 4 は人権相談のみ木曜日		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	4 月 2 日(水)	9:00～12:00	今福まちづくりセンター（金城）
	4 月 7 日(月)	9:00～12:00	市役所旭支所
	4 月 14 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 ☎ ②0 9 5 9
	4 月 4 日(金)	9:00～12:00	小国まちづくりセンター（金城）
	4 月 7 日(月)	9:00～12:00	市役所旭支所
	4 月 7 日(月)	9:00～12:00	弥栄会館（弥栄）
	4 月 4 日(金)	9:00～12:00	白砂まちづくりセンター（三隅）

※ 祝日の場合は、各連絡先にお問い合わせください。

4 月の休日応急診療所

日	当番医	当番薬局
6 日(日)	坂根 洋史	くすりのファミリア殿町薬局(殿町)
13 日(日)	中村 洋三	かさがら調剤薬局(笠柄町)
20 日(日)	斎藤 寛治	くまさん薬局(朝日町)
27 日(日)	北村 健二郎	日星薬局浜田駅北店(浅井町)
29 日(祝)	笠田 守	山藤薬局浜田支店(牛市町)

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（**☎**②1 1 2 3）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もあります。
※ 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 7 5 7 番地 3） **☎**②1 1 2 3
問合せ 健康医療対策課 **☎**②9 3 1 0

4 月の献血日程《全血献血》

OA

BA

日	献血会場	町名	受付時間
7 日(月)	浜田合同庁舎	片庭町	9:00～12:30

4 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	12 日(土)	14:00	「うっかりうさぎとたしかめカメさん」、「ブレーメンの音楽隊」、クイズ
	こどもの読書週間イベント おはなし会&ワークショップ	27 日(日)	10:00	「なが〜い えほん?！」 読み聞かせとワークショップ「へんしん!ヘビのかんごぶさん」
	電子紙芝居		14:00	「マッ君とプーちゃん」、「地下100階」、クイズ
	こどもの読書週間イベント 特別上映会「はたらく細胞 3」		15:00	第 4 話「ピロリ菌／抗原変異」、第 5 話「サイトカイン」を上映
金城	おはなし会& かんたん! 30分こうさく	12 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：折り紙で春のリースを作ろう!（こうさくは先着10人）
	本の福ぶくろ	26 日(土)～ 5 月 6 日(振)		袋の中に本が 3 冊入っています（先着30セット） ※ 利用者カードが必要です
旭	ブッくんのおはなしタイム	6 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 4 月の工作は「折紙でチューリップの花束を作ろう♪」（工作は先着10人）
三隅	おはなし会	12 日(土)	10:30	ボランティアによる絵本や紙芝居の読み語り

4 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 **☎**②0 4 8 0
※ 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）。

10 日(木)	石見まちづくりセンター-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	
11 日(金)	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	
15 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	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	
16 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	大麻まちづくりセンター 15:00～15:30
22 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 10:15～10:55	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		
24 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		