

2026 October 10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	☎⑤1 2 3 4
弥栄支所	☎⑧2 1 1 1
三隅支所	☎③2 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○＝「広報はまだ」○ページをご覧ください。 各種相談・子育て広場・献血・断酒会・ひきこもり支援・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。	10月は市県民税の第3期及び国民健康保険料の第5期及び後期高齢者医療保険料の第4期納付月です。納期限(口座振替日)は、11月2日(月)です。 ※ 口座振替の人は、残高の確認をお願いします。	<table><tr><td>公証週間(P20)</td><td>10月1日(休)～7日(火)</td></tr><tr><td>読書週間(P36)</td><td>10月27日(火)～11月9日(月)</td></tr><tr><td>食品ロス削減月間(P19)</td><td>10月</td></tr><tr><td>行政相談月間(P20)</td><td>10月</td></tr><tr><td>里親月間(P23)</td><td>10月</td></tr><tr><td>臓器移植普及推進月間・造血幹細胞移植普及推進月間(P24)</td><td>10月</td></tr></table>	公証週間(P20)	10月1日(休)～7日(火)	読書週間(P36)	10月27日(火)～11月9日(月)	食品ロス削減月間(P19)	10月	行政相談月間(P20)	10月	里親月間(P23)	10月	臓器移植普及推進月間・造血幹細胞移植普及推進月間(P24)	10月		1 ○乳がん検診(P27) 断酒会(旭)／人権相談(三隅)／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」	2 ●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)／健康相談(本庁)	3 ●おもちゃの病院 13:30～14:30 ○放送大学公開講演会(P31) ○おはなし会(中央図書館) ○子宮頸がん・乳がん検診(P27)
公証週間(P20)	10月1日(休)～7日(火)																	
読書週間(P36)	10月27日(火)～11月9日(月)																	
食品ロス削減月間(P19)	10月																	
行政相談月間(P20)	10月																	
里親月間(P23)	10月																	
臓器移植普及推進月間・造血幹細胞移植普及推進月間(P24)	10月																	
4 ○健康福祉フェスティバル(P31) ○浜田マリン大橋ライトアップ(P31) ○おはなし会&かんたん！30分こうさく(金城図書館) ○ブックんのおはなしタイム(旭図書館) 当番医 佐藤誠	5 ○浜田マリン大橋ライトアップ(P31) 育児相談(旭)／行政・人権相談(旭)／行政相談(三隅)／人権相談(弥栄)／健康・栄養相談(旭)／ひきこもり当事者会	6 ●食育講座 10:00～ 断酒会(浜田)／健康・栄養相談(三隅)／フリースペース家族会／難病専門相談(膠原病内科)／ラブック号	7 ●1歳6か月児健診 交通事故相談／美川子育て広場／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	8 ●音楽リラクゼーション 14:00～15:00 ◆ふれあい子育てサロン(金城) ◆あつくんなっちゃん広場(旭) ○求職者のための企業説明会(9月号P30) 周布子育て広場／健康・栄養相談(金城)／ラブック号	9 ●絵本の会 10:30～10:45 ○結核肺がん検診(P26) 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	10 ○島村抱月ウォーキング大会(9月号P30) ○秋の夜、サロンで聴くピアノ名曲集(P31) ○おはなし会(中央図書館) ○おはなし会&工作会(三隅図書館) ○結核肺がん検診(P26) ○胃がん検診(P27)												
11 断酒会(西川病院)／グリーンケア芳縁 当番医 佐藤優子	12 スポーツの日 ○おとなの体力テスト(9月号P30) ○はまだ市民一日議会(9月号P30) ○ラ・ペアーレ浜田無料開放デー(P32) 当番医 能美尚	13 ●すくすく講座 10:00～11:00 断酒会(弥栄)／育児相談(三隅)／HIV・肝炎検査	14 ●乳児健診 ○結核肺がん検診(P26) 献血／交通事故相談／栄養・糖尿病相談(本庁)／難病相談(就労)／ひとり親家庭無料法律相談／ほっとサロン浜田／サロンひまわり／ラブック号	15 ●音楽リラクゼーション 14:00～15:00 ○創業5年以内の経営者・個人事業主交流会&個別相談会(P32) 健康・栄養相談(弥栄)	16 ●歯ッPータイム 10:00～ ●すぺーす・ひだまり 10:00～ 献血／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・旭)／健康相談(本庁)／ひきこもり当事者会	17 ○やれんねシアター2026(9月号P31) ○浜田駅北医療フェスタ2026(P32) ○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」												
18 ○浜田市障がい者スポーツ大会(ボッチャ)(P32) ○石見海浜公園マルシェ(P32) 婚活相談室「はぴこ交流サロン」 当番医 斎藤寛治	19 ○結核肺がん検診(P24)	20 ●ママパパ学級 18:00～19:00 ○ノルディックウォーキング(9月号P31) ○ほほえみサロン(P33) 断酒会(浜田)／育児相談(弥栄)／フリースペース当事者会／ラブック号	21 ●5歳児健診 交通事故相談／石見子育て広場／行政・人権相談(本庁)／栄養・糖尿病相談(本庁)／ひきこもり家族会／ほっとサロン浜田	22 ●ひよこの会 10:00～ ●手作りおもちゃの会 13:30～15:00 ○有機野菜農場でのお仕事見学(P33) ○乳がん検診(P27) ラブック号	23 ●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)／こころの健康相談／婚活相談室「はぴこ交流サロン」	24 ○ボランティア海岸清掃(P33) ○市民芸術文化祭(P33) ○おはなし会(中央図書館)												
25 ○市民芸術文化祭(P33) ○ふるさと歴史紀行(P33) ○2026国府商工まつり(P33) ○電子紙芝居(中央図書館) 断酒会(西川病院) 当番医 北村健二郎	26 ●いわみケーブルアナウンサーによる読み聞かせ 10:30～ ●こころの相談 13:00～ ○いのちと安全安心の日(P10) ○胃がん・子宮頸がん検診(P27)	27 ●離乳食講座 1回～完了期 10:00～ はじめての離乳食 13:30～ ○ミニ合同企業説明会(P33) HIV・肝炎検査／犯罪被害の一日面接相談所／ラブック号	28 ●3歳児健診 交通事故相談／栄養・糖尿病相談(本庁)／若者お仕事なんでも相談会／ほっとサロン浜田	29 ●わくわくタイム 10:00～	30 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)	31 ○秋のアウトドア体験会(P33) ○ハロウィンパーティー2026(P33) ○世界こども美術館開館30周年イベント(P33) ○おはなし会(中央図書館)												

※ 祝日の場合は、各連絡先にお問い合わせください。

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 9:00～16:30	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 2 ②5 9 2 8
若者お仕事なんでも相談会（要予約）		10月28日(休) 13:00～14:00 14:00～15:00	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 ☎②6 8 3 0
ひとり親家庭無料法律相談（要予約）		10月14日(休) 13:30～15:30	いわみーる 島根県母子寡婦福祉連合会 ☎0 8 5 2 ②5 9 2 0
外国人の行政手続きに関する行政書士無料相談(要予約)		第 4 水曜日 13:00～16:00	島根県立大学内 (公財) しまね国際センター西部支所 ☎②7 9 9 0
外国人に関する一般相談		月～金曜日 9:00～17:00	市役所本庁舎 2 階 消費生活相談室 ☎②3 1 6 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 ☎②3 1 6 0
労働相談ダイヤル		月・水・金曜日 8:30～17:15	県雇用政策課 ☎0 8 5 2 ②6 5 5 7
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 3 階
		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
登記手続案内（要予約）		月・火・水曜日 9:00～12:00 13:00～16:00	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 健康医療保険課 ☎②9 3 1 1
栄養・糖尿病相談（要予約）		毎週水曜日 13:00～17:00	市役所本庁舎地階 健康相談室 健康医療保険課 ☎②9 3 1 1
禁煙相談（要予約）		第 4 金曜日 13:00～15:00	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
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。		10月 8 日(休) 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
		10月 5 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 ☎④5 1 4 3 5
		10月15日(休) 9:30～11:00	弥栄会館 健康相談室 弥栄支所市民福祉課 ☎④8 2 6 5 6
		10月 6 日(火) 13:30～15:00	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）		10月 1 日(休) 10月23日(金) 13:30～15:30	浜田保健所 浜田保健所健康増進課 ☎②9 5 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
H I V ・肝炎相談窓口（要予約）		月～金曜日 8:30～17:00	浜田保健所
H I V ・肝炎検査（要予約） 無料、匿名で行えます。		10月13日(火) 10月27日(火) 13:00～15:00	浜田保健所 浜田保健所医事・難病支援課 ☎②5 5 5 4
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 13:00～15:00	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 3 ④8 5 1 0
難病相談（就労相談・要予約）		10月14日(休) 13:30～15:30	E-mail : shimane-nanbyou@hsc-shimane.jp
難病専門相談（膠原病内科・要予約）		10月 6 日(火) 13:30～16:30	浜田保健所 医事・難病支援課 ☎②5 5 5 4
オレンジカフェはまだ(認知症の人と介護者の集い)		10月 1 日(休) 13:30～15:30	ひだまりふっくら 花田さん ☎0 9 0 - 4 8 9 3 - 1 9 7 8
オレンジカフェはまだ(「フレイル予防」研修会)		10月17日(土) 13:30～15:30	ひだまりふっくら 花田さん ☎0 9 0 - 4 8 9 3 - 1 9 7 8
認知症カフェ「カフェすぎはら」		10月 1 日(休) 13:30～15:00	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」		10月17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		10月11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 4 1
島根いのちの電話		月～金曜日 土曜日9:00～翌日曜日22:00(年中無休)	島根いのちの電話 ☎0 8 5 2 ②7 5 7 5
行政・人権相談		10月 7 日(火) 10月21日(火) 10:00～12:00 13:00～15:00	市役所本庁舎 1 階 市民相談室
		10月 5 日(月) 9:00～12:00	市役所旭支所
		10月 7 日(火) 10月 5 日(月) 9:00～12:00 10:00～13:00	小国まちづくりセンター（金城） 三隅保健センター（三隅）
行政相談		10月 7 日(火) 10月 5 日(月) 9:00～12:00 10:00～13:00	小国まちづくりセンター（金城） 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
		10月 2 日(金) 9:00～12:00	雲城まちづくりセンター（金城）
		10月 5 日(月) 9:00～12:00	杵束まちづくりセンター（弥栄）
		10月 1 日(休) 9:00～12:00	岡見まちづくりセンター（三隅）



10月の休日応急診療所



日	当番医	当番薬局
4 日(日)	佐藤 誠	ウエーブたまち薬局（田町）
11日(日)	佐藤 優子	シーズ薬局高田町店（高田町）
12日(祝)	能美 尚	くまさん薬局（朝日町）
18日(日)	斎藤 寛治	くまさん薬局（朝日町）
25日(日)	北村 健二郎	日星薬局浜田駅北店（浅井町）

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。
ご利用にあたっては、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7 5 7 番地3） ☎②1 1 2 3

問合せ 健康医療保険課 ☎②9 3 1 0



10月の献血日程《全血献血》



日	献血会場	町名	受付時間
14日(火)	島根県立大学浜田キャンパス	野原町	12:00～16:30
16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	9:00～10:15
	J Aしまねいわみ中央地区本部		11:15～12:30



10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	25日(日)	14:00	「サルカニ合戦」、「かぐや姫」
金城	おはなし会& かんたん！ 30分こうさく	4 日(日)	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：ハロウィンパペットを作ろう！（こうさくは先着10人）
	こうもりのガチャガチャでハロ ウィンキャンディをもらおう！	1 日(休)～ 31日(土)		ガチャガチャを回して折紙キャンディをもらおう！キャンディの中におすすめ 本の紹介が入っているよ
旭	ブっくんのおはなしタイム	4 日(日)	10:30	ボランティア（親子読書アドバイザー）による読み語りと秋の工作（工作は先着10人）
	旭図書館ギャラリー展示 「木から生まれるたいきものたち」 ～岡本墨光堂 木彫作品展～	1 日(休)～ 31日(土)		・料金は無料です ・旭図書館の開館日のみ展示を見ることができます
三隅	おはなし会&工作会	10日(土)	10:30	ボランティアによる絵本や紙芝居の読み語り 工作のテーマ：ハロウィンパーティー



10月の移動図書館 L♡V E B O O K（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）。

6 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	
8 日(休)	石見まちづくりセンター(佐野)館 9:20～9:40	雲城小学校 10:00～10:30	きんたの森交流館 10:40～11:10	金城中学校 13:00～13:30	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	
14日(火)	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	三隅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
20日(火)	和田まちづくりセンター 10:00～10:30	あさひ子ども園 10:50～11:20	旭中学校 12:30～13:00	旭小学校 13:10～13:50	市木まちづくりセンター 14:20～14:40	都川高齢者活動促進センター 15:00～15:20	
22日(休)	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		
27日(火)	国府まちづくりセンター(有福)館 9:40～10:00	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		