


日	月	火	水	木	金	土					
お知らせカレンダー <b>10</b> 月 2023 (令和5)年	<b>10月の休日当番医は、11月に掲載しています。</b>  …平日時間外小児急患診療 (午後7時～午後10時 ※土曜のみ午後2時～午後10時) 木曜・土曜の大牟田市立病院は、協力医療機関の医師が診療を担当します。			<b>★新開能をメタバースで発信</b>  企画振興課 情報化推進係(Tel.64-1505) <hr/> デジタル技術を活用し、みやま市の魅力である文化財「新開能」を国内外へ発信します。 ※配信予定日＝10月21日(土) 							
<b>1</b> MIYAMAX 開館1周年記念 おかあさんといっしょ宅配信 「ファンターネ!小劇場」 (開演①13:30～、②16:00～ MIYAMAX)	<b>2</b> 心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	<b>3</b> 親子ふれあい教室「ふたば」 ※要予約 (10:00-11:30 MIYAMAX) 心配ごと相談 (13:00-16:00 げんきかん)	<b>4</b> 行政・心配ごと相談 (9:00-12:00 まいピア高田) 献血 (10:00-11:30、12:30-15:30 げんきかん)	<b>5</b> 4か月児健診 (13:00-13:30 受付 MIYAMAX) 献血 (10:00-12:00、13:00-15:30 あたご苑)	<b>6</b>	<b>7</b> おはなし会 (11:00～図書館【高田】 14:00～図書館【瀬高】) 赤ちゃんおはなし会 (11:00～図書館【瀬高】)					
 休日当番医	 篠塚小児科皮膚科医院 Tel. 58-5000 (橘)	 和田医院 Tel. 55-1529 (歴木)	 中山内科・小児科医院 Tel. 58-0025 (吉野)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)	 末吉小児科内科医院 Tel. 59-8100 (船津町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)					
<b>8</b> 図書館ピアノ (11:30- 図書館【瀬高】)	<b>9</b>  スポーツの日	<b>10</b> 母子健康手帳交付 (10:15-10:30 受付) 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署) 農業委員会総会 (13:30- 市役所本庁 405 会議室)	<b>11</b> 10か月児健診 (13:00～13:30 受付 MIYAMAX)	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> おはなし会 (14:00- 図書館【瀬高】) おがみ相談室 (14:00- 図書館【山川】) 折り紙ヒコーキ指導員講習会 (14:00- まいピア高田) みやまっぷウオーク (新開コース) (9:30- まいピア高田)					
 休日当番医	 休日当番医	 和田医院 Tel. 55-1529 (歴木)	 坂西医院 内科・小児科 Tel. 52-2025 (原山町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)	 江の浦医院 Tel. 22-5050 (江浦町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)					
<b>15</b> みやま市民スポーツ大会 (9:00～瀬高中学校) みやま市障がい者スポーツ大会 (9:00～MIYAMAX)	<b>16</b> 教育委員会 (10:00- 山川支所大会議室)	<b>17</b> 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00 げんきかん) 親子ふれあい教室「ふたば」 ※要予約 (10:00-11:30 MIYAMAX)	<b>18</b> 心配ごと相談 (9:00-12:00 まいピア高田) 特設人権相談所 (13:00-16:00 市立図書館【瀬高】) 認知症・高齢者相談会 ※要予約(13:30- 地域包括支援センター)	<b>19</b>  食育の日 1歳6か月児健診 (13:00～13:30 受付 MIYAMAX)	<b>20</b>	<b>21</b> おはなし会 (11:00～図書館【山川】 14:00- 図書館【瀬高】) 與田準一児童文学まつり (10:00- 山川市民センター) ★寶満神社奉納能楽 (新開能) (15:00- まいピア高田)					
 休日当番医	 和田医院 Tel. 55-1529 (歴木)	 やまかわクリニック Tel. 52-2705 (中白川町)	 吉野こどもクリニック Tel. 58-3132 (宮崎)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)	 末吉小児科内科医院 Tel. 59-8100 (船津町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)					
<b>22</b> 図書館ピアノ (11:30- 図書館【瀬高】)	<b>23</b> 心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	<b>24</b>	<b>25</b>  税と使用料の 口座振替日 母子健康手帳交付 (10:15-10:30 受付)	<b>26</b> 3歳児健診 (13:00～13:30 受付 MIYAMAX) 発達相談 ※要予約 (9:00-12:00 MIYAMAX)	<b>27</b>	<b>28</b> おはなし会 (14:00- 図書館【瀬高】)					
 休日当番医	 平田小児科内科医院 Tel. 52-4195 (歴木)	 和田医院 Tel. 55-1529 (歴木)	 坂西医院 内科・小児科 Tel. 52-2025 (原山町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)	 江の浦医院 Tel. 22-5050 (江浦町)	 大牟田市立病院 Tel. 53-1061 (宝坂町)					
<b>29</b> MIYAMAX 開館1周年記念 島田彩乃ピアノ・リサイタル (14:00～開演 MIYAMAX) ハロウィンマルシェ (9:00-15:00 筑後広域公園)	<b>30</b>	<b>31</b>	<table border="1"> <tr> <th>定例相談・行事</th> </tr> <tr> <td>家庭児童相談室 (64-1566) 【月～金曜、8:30-17:00】</td> </tr> <tr> <td>いきいきライフ教室 (げんきかん) 【火・金曜、9:30-11:00】</td> </tr> <tr> <td>つどいの広場 (MIYAMAX) 【月～土曜、10:00-16:00】 ☑つどいの広場 (63-5577)</td> </tr> </table>			定例相談・行事	家庭児童相談室 (64-1566) 【月～金曜、8:30-17:00】	いきいきライフ教室 (げんきかん) 【火・金曜、9:30-11:00】	つどいの広場 (MIYAMAX) 【月～土曜、10:00-16:00】 ☑つどいの広場 (63-5577)	<p>◆夜間・休日に子どもの病気で対応に迷ったら… ⇒<b>小児救急でんわ相談 電話【#8000】</b> (小児科医師や看護師に電話で相談ができます)</p> <p>◆急なけがや病気で対応に迷ったら… ⇒<b>救急でんわ相談 電話【#7119】</b> (看護師が救急車利用の電話相談を24時間受け付けます) ※明らかに緊急を要する場合は<b>すぐに救急車(119番)を呼んでください。</b></p>	
定例相談・行事											
家庭児童相談室 (64-1566) 【月～金曜、8:30-17:00】											
いきいきライフ教室 (げんきかん) 【火・金曜、9:30-11:00】											
つどいの広場 (MIYAMAX) 【月～土曜、10:00-16:00】 ☑つどいの広場 (63-5577)											
 休日当番医	 こが小児科医院 Tel. 53-1150 (岬)	 やまかわクリニック Tel. 52-2705 (中白川町)									

## 10/16(月)～22(日)は行政相談週間です

 秘書広報課 秘書広報係(Tel.64-1501)

行政相談は、行政相談委員が国の仕事など、行政全般についての苦情や要望、意見を受ける身近な相談窓口です。相談無料で、秘密は堅く守られます。気軽に相談ください。

行政相談委員名	相談日時(会場)
瀬高地区 松崎 千鶴子	毎月第2月曜 13:00～16:00(旧消防署)
山川地区 合島 洋子	毎月第3火曜 13:00～16:00(げんきかん)
高田地区 四牟田 正雄	毎月第1水曜 9:00～12:00(まいピア高田)

※相談日が祝日の場合、定例相談日は翌日となります。

電話での相談はこちら  
九州管区行政評価局「さくみ福岡」(Tel.092-473-1100)

## 10/1は浄化槽の日です 上下水道課 下水道係(Tel.64-1533)

浄化槽は、家庭から出る汚れた水をそれぞれの家できれいにするもので、快適な生活をもたらしてくれます。しかし、正しく使わないと河川や海などの汚染や、悪臭の原因ともなります。



①浄化槽は正しく使しましょう

- ▶水は適正量使しましょう。 ▶ブローの電源は切らないでください。
- ▶保守点検・清掃は定期的に受けましょう。

②法定検査を受けましょう

浄化槽には、定期的な保守点検や清掃に加え、第三者機関(県知事の指定検査機関)による法定検査受検が年1回義務付けられています。

③浄化槽をこれから設置される予定の人へ

みやま市では、浄化槽の設置からその後の維持管理まで市が主体となって行う「市町村設置型」と、個人が設置する浄化槽に対し補助を行う「個人設置型」の2つの地域があります。詳しくは問い合わせください。

## 今月の逸品! いんげんのチーズ和え

10月は食品ロス削減月間。冷蔵庫に残った牛乳でチーズを作り、食品ロスを減らしましょう!



### 材料 (2人分)

さやいんげん	80g
牛乳	1カップ
酢	大さじ1
すりごま	大さじ1/2
砂糖	小さじ1/2
醤油	小さじ1/2

87kcal、塩分0.3g、食物繊維1.1g (1人当たり)

### 作り方

- ①いんげんは茹でて、斜め薄切りにする。
- ②鍋に牛乳を入れて沸騰しない程度に温め、火を止めて酢を入れ手早く混ぜる。
- ③②が分離したら、ザルに上げる。
- ④ボールに①、③、すりごま、砂糖、醤油を入れて和える。
- ⑤器に盛りつける。

毎月19日は食育の日 ～みやま市食生活改善推進協議会～