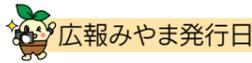
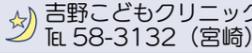
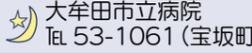
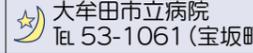
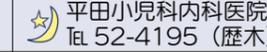
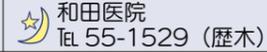
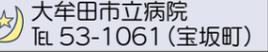
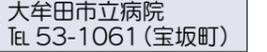
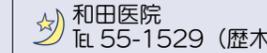
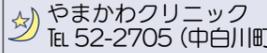
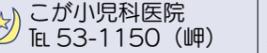
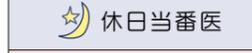
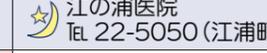
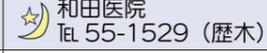
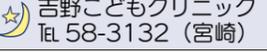
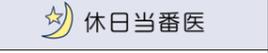
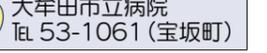
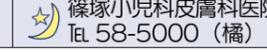
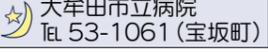


日	月	火	水	木	金	土
お知らせカレンダー 11 月 2023 (令和5)年			1 行政・心配ごと相談 (9:00-12:00 まいピア高田) 	2 4か月児健診 (13:00-13:30 受付 MIYAMAX)	3 ●文化の日 どんきんきん (9:30頃~廣田八幡宮→本郷聖母宮)	4 おはなし会 (11:00- 図書館【高田】、 14:00-【瀬高】) 赤ちゃんおはなし会 (11:00- 図書館【瀬高】)
			 吉野こどもクリニック Tel 58-3132 (宮崎)	 大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)	 休日当番医	 大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
5	6 心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	7 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)	8 母子健康手帳交付 (10:15-10:30 受付)	9	10 農業委員会総会 (13:30- 市役所本庁 405 会議室) 10か月児健診 (13:00 ~ 13:30 受付 MIYAMAX)	11 青少年健全育成大会 (10:00- まいピア高田) おはなし会 (14:00- 図書館【瀬高】) おりがみ相談室 (14:00- 図書館【山川】)
 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)	 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)
12 図書館ピアノ (11:30- 図書館【瀬高】) ラジオ体操講習会 (10:00- MIYAMAX)	13 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	14	15 教育委員会 (10:00- 山川支所大会議室) 心配ごと相談 (9:00-12:00 まいピア高田) ※要予約 離乳食教室 (10:00-MIYAMAX) 特設人権相談所 (13:00-16:00 山川市民センター) 認知症・高齢者相談会 ※要予約(13:30-市地域包括支援センター)	16 1歳6か月児健診 (13:00 ~ 13:30 受付 MIYAMAX)	17	18 おはなし会 (11:00- 図書館【山川】、 14:00- 図書館【瀬高】)
 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)	 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)	 こが小児科医院 Tel 53-1150 (岬)	 大牟田市立病院 Tel 53-1061 (宝坂町)
19 食育の日	20	21 行政・心配ごと相談 (13:00-16:00 げんきかん)	22 母子健康手帳交付 (10:15-10:30 受付)	23 ● 勤労感謝の日	24	25 まるごとみやま市民まつり (9:30-MIYAMAX) おはなし会 (14:00- 図書館【瀬高】)
 休日当番医	 江の浦医院 Tel 22-5050 (江浦町)	 和田医院 Tel 55-1529 (歴木)	 吉野こどもクリニック Tel 58-3132 (宮崎)	 休日当番医	 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)
26 まるごとみやま市民まつり (10:00-MIYAMAX) 図書館ピアノ (11:30- 図書館【瀬高】)	27 税と使用料の 口座振替日 心配ごと相談 (13:00-16:00 旧消防署)	28	29 3歳児健診 (13:00 ~ 13:30 受付 MIYAMAX) 発達相談 ※要予約 (9:00-12:00 MIYAMAX)	30		
 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)	 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)		

◆夜間・休日に子どもの病気で対応に迷ったら…
⇒小児救急でんわ相談 電話「#8000」
(小児科医師や看護師に電話で相談ができます)

◆急なけがや病気で対応に迷ったら…
⇒救急でんわ相談 電話「#7119」
(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すぐに救急車(119番)を呼んでください。

11月の休日当番医は、14日に掲載しています。

 …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。

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)



婚活イベント「第2回縁活みやマッチング2023」

園縁活みやマッチング事務局 (Tel. 85-8039)

ひと足早い Happy Xmas
～さくらテラス特製Xmasランチで婚活～



- 日時 12/10(日) 11:00～14:30(受け付け=10:30～)
- 場所 さくらテラス
- 内容 1対1トーク、空くじなしビンゴゲーム
- 対象(学生不可) 男性:22～39歳で市内在住・在勤で独身の人
女性:22～39歳で独身の人
- 定員 男女各10人(申込多数の場合は抽選)
- 料金 3000円(Xmasスペシャルランチ・スイーツ&ドリンク付き)
- 専用フォームまたは電話で申し込み
- 申込期限 11/30(休)

 **今月の逸品!**  **みやま産☆菜の花オイル活用レシピ**
ジャガイモとオクラのスパイス炒め



材料 (2人分)

ジャガイモ	160g(中1個)
オクラ	3本
ベーコンスライス	1枚
タマネギ	1/4個
カレー粉	小さじ1/2
菜の花オイル	大さじ1/2
塩	小さじ1/6
水	30ml

122cal、塩分0.7g、食物繊維9.2g
(1人当たり)

作り方

- ①ジャガイモは1cmの角切り、オクラはがくを取り1cm幅に切る。タマネギはみじん切りに、ベーコンは7mm幅に切る。
- ②フライパンに油を熱し、ジャガイモを入れ、透き通るくらいに炒める。
- ③タマネギ、ベーコン、カレー粉、オクラの順に加えて炒め合わせたら、水と塩を入れてふたをする。弱火で6～8分ほど加熱する。

毎月19日は食育の日 ～みやま市食生活改善推進協議会～

感性あふれる詩を披露



10月21日、山川市民センターで與田準一児童文学まつりが開催されました。市内小中学校から応募された詩の中から、106点が受賞。表彰式では與田準一児童文学賞に選ばれた、東山中1年の坂田妃世莉さんの作品「4年ぶりの小田ぎおん」などが朗読されました。