

はじめの一步 第4弾 ゆるゆる運動でリラックス

- とき／10月2日(土)13時30分～15時30分
- ところ／パルメイト出雲
- 内容／いすに座って音楽にあわせ、ストレッチや酸素運動など楽しく体を動かします。
- 募集人数／30人 先着順
- 申込期限／9月30日(木)
- 申し込み・おたずね／島根大学医学部看護学科地域看護学の勅使河原さん(☎202336)

再就職準備セミナー 「ワタシらしく働くために」参加者

- とき／10月21日(木)10時～12時
- ところ／くすのきプラザ
- 対象／さまざまなる理由で退職し、再就職を考えている人
- 内容／ハローワーク松江と共催で、再就職の現状や体験談から多様な働き方を学びます。
- 募集人数／20人 先着順(無料託児8人先着順)
- 申し込み・おたずね／くすのきプラザ(☎22055)

ワーキングウイメンのための スキルアップ講座 受講者

- とき／①10月23日(土)、②11月6日(土)、③12月18日(土)(全3回)
- いずれも14時～16時
- ところ／くすのきプラザ
- 対象／フルタイムで働く女性
- 内容／①②ボイストレーニング、③ヨガでストレスコーピング
- 募集人数／20人応募多数は抽選(無料託児8人)
- 申込期限／10月8日(金)
- 申し込み・おたずね／くすのきプラザ(☎22055)

木目込み人形講座 受講者

- とき／10月15日(金)～11月5日(金)13時30分～15時30分
- ところ／平田ふれんどりーハウス
- 内容／来年の干支の卯づくり
- 募集人数／15人 先着順
- 受講料／無料※材料費は実費負担
- 申込期限／9月30日(木)
- 申し込み・おたずね／平田ふれんどりーハウス(☎3728、火曜日休館)

第6回ひらたスペシャル スポーツ大会 参加者

- とき／10月23日(土)9時～12時
- ところ／平田体育館
- 対象／市内在住の障がいのある方

- 次の競技種目に出場する方を募集します。①室内バタック、②カローリング、③フライングディスク、④ふれあい競技
- 申込期限／10月9日(土)
- ※当日お手伝いいただけるボランティアも募集しています。
- 申し込み・おたずね／実行委員会事務局(☎31415)

障がい者スポーツ教室 参加者

- とき／10月16日(土)10時～12時
- ところ／平田体育館
- 対象／市内在住の障がいのある方
- 内容／フライングディスク、カローリング
- 申込期限／10月14日(木)
- 申し込み・おたずね／NPO法人コミュニケーションサポート・ほっとひらた(☎31415)

動物画コンクール

- ふれあい動物広場(古志町)の動物を描く「畜産ふれあい施設動物画コンクール」を行います。
- 画用紙はふれあい広場の管理室に用意しています。
- ※参加者全員に参加賞あり
- 提出期限／10月24日(日)
- 提出先／ふれあい動物広場管理室
- おたずね／島根県馬術連盟の新宮さん(☎253864)

10月はポイ捨て禁止月間です



あなたも参加しよう!!

出雲地域18万人 ポイ捨て一掃大作戦

今年もたくさんの方の参加をお待ちしています!

出雲市と斐川町で組織する「出雲地域ポイ捨て禁止推進協議会」では10月の1ヶ月間「ポイ捨て一掃大作戦」を展開します。

神在月である10月は、観光客をはじめ大勢の人が出雲市を訪れます。ぜひ、気持ちのよいまちでお迎えしたいものです。ポイ捨て一掃大作戦に参加して自宅周辺・道路等の落ちている空き缶やタバコの吸い殻などポイ捨てごみを拾い、きれいなまちをつくりましょう。

★お願い★

- 拾ったごみは分別して、家庭の指定ごみ袋に入れて収集日に出してください。
- 活動後は出雲市環境生活課または各支所市民生活(福祉)課まで電話で報告して下さい。



おたずね報告先 出雲市環境生活課 TEL21-6535
又は、各支所市民生活(福祉)課

あったらいいながありました!

人気Tシャツプリント
ステッカー・印刷・看板

デザイナーとつくるので安心・簡単!

Designer's Print Shop **リトルサインズ**

TEL.0853-25-3308 info@little-sign.com
FAX.0853-25-0375 〒693-0021 島根県出雲市塩冶町267-5(医大前)

旬の多伎朝採いちじく
好評販売中

食べ放題の収穫体験実施中!!

大人:1,000円 小人:800円[小学生以下] 要予約

多伎いちじく館
TEL:0853-86-7070
〒699-0902 島根県出雲市多伎町多岐17-1
http://ichijikukan.com

＋ 休日・夜間診療のお知らせ ＋

休日や、平日の夜間にかかりつけ医が留守、または近くに医師がいないうきは、下記をご利用ください。

休日

●出雲休日診療所 塩冶善行町 TEL 22-5543
診療日/日曜、祝日 診療科/内科、小児科
受付時間/9時～11時、13時30分～16時

平日

●出雲休日診療所 塩冶善行町 TEL 22-5543
診療日/月・火・木・金曜 診療科/小児科
受付時間/19時30分～21時30分

夜間

●在宅当番医(左表のとおり)
診療時間/18時～23時

あらかじめ、医療機関にご確認のうえ、受診してください。

日程	医療機関名	電話番号	住所
9月24日(金)	原 医 院	43-2008	湖陵町差海
9月25日(土)	山本内科胃腸科	53-5551	大社町杵築南
	河原泌尿器科医院	62-9155	西平田町
9月27日(月)	三 原 医 院	21-0284	今 市 町
9月28日(火)	はら呼吸器内科クリニック	25-7455	姫原3丁目
9月29日(水)	もりやま内科医院	25-7800	大 津 町
	及 川 医 院	63-3582	灘 分 町
9月30日(木)	瀬 島 医 院	21-6622	塩治有原町
10月 1日(金)	はしもと内科クリニック	25-0211	今市町藤ヶ森
10月 2日(土)	陽循環器内科	31-8180	上塩治町
	斐川生協病院	72-0321	斐川町直江町
10月 4日(月)	児 玉 医 院	43-2001	湖陵町大池
10月 5日(火)	北陽クリニック	22-7111	荻 杼 町
10月 6日(水)	加 藤 医 院	21-5520	今市町北本町
	樋 野 医 院	72-9161	斐川町神氷
10月 7日(木)	須 谷 医 院	48-0210	所 原 町
10月 8日(金)	中 島 医 院	53-2116	大社町杵築南
10月 9日(土)	後藤内科医院	21-7111	塩 治 町
	山 岡 医 院	68-0052	三 津 町
10月12日(火)	江田クリニック産婦人科	30-7888	大 津 町
10月13日(水)	堀江内科呼吸器科医院	21-0067	今市町北本町
	伊 藤 医 院	72-6677	斐川町富村
10月14日(木)	嘉 村 医 院	48-0666	上 島 町
10月15日(金)	秦 医 院	28-0117	西 園 町
10月16日(土)	かわすみクリニック	25-2111	塩 治 町
	さとうクリニック	62-4311	平 田 町

※当番医は変更になることがあります。当日の当番医は、市役所本庁および各支所の宿直(電話番号は裏表紙下段を参照)または消防本部(☎21-2119)へおたずねください。市ホームページでもお知らせしています。

市長面会日

開催日時	場 所	申込受付期間
10月 6日(水) 14時～16時	市役所本庁	9月27日(月)～ 10月 1日(金)
10月25日(月) 13時30分～16時	市役所平田支所	10月4日(月)～ 10月20日(水)

- ◆対象/個人またはグループ(5人以内)
- ◆時間/1人(グループ)あたり30分以内
- ◆広報情報課まで電話で申し込みください(先着順)

まちづくり懇談会 (19時～20時30分)

開催日時	会 場
10月 5日(火)	乙立コミュニティセンター
10月15日(金)	荒木コミュニティセンター
10月18日(月)	伊野コミュニティセンター

- ◆内容/第1部:テーマ別意見交換 第2部:その他意見交換
- ◆どなたでも参加できます。当日会場へお越しください。
- ◆手話通訳・要約筆記の必要な方は、福祉推進課
☎21-6959 FAX21-6598 までご連絡ください。

おたずね/広報情報課 ☎ 21-8578 FAX 21-6509

2010夢フェスタinいずも & JR出雲市駅 開業100周年記念事業

と き/ 10月 9日(土) 9時～18時
10月10日(日) 10時～17時

と ころ/ 出雲市中心商店街(JR出雲市駅北側周辺)
および一畑百貨店・アトネスいずも周辺
※両日とも会場周辺では交通規制がありますのでご協力下さい

内 容/ 元祖オロチおどり、小学生駅伝大会、大道芸、
ヒーローショー、各高校生ブース、ビンゴ大会など

問 合 せ/ 2010夢フェスタinいずも実行委員会
☎21-0898 または ☎31-6282

オロチ踊りに参加しませんか?

- と き:10月10日(日) 15時～16時
- 申込期限:9月30日(木)
- 申込・問合せ:今市コミュニティセンター(☎21-5318)

特典付お楽しみ券(前売500円、当日600円)を販売中

相談

難病専門相談事業

- とき/10月21日(木)13時～17時
- ところ/島根難病研究所 しまね難病相談支援センター
- 対象/リウマチ・膠原病(ここうげんびょう)でお悩みの方、疑いのある方
- 内容/島根大学医学部膠原病内科の医師が医療や日常生活の相談指導、助言などを無料でを行います。※完全予約制
- 申込期限/10月20日(水)

無料登記相談会

- 申し込み・おたずね/しまね難病相談支援センター(☎248510)
- とき/10月9日(土)9時～12時
- ところ/斐川町中央公民館
- 内容/土地建物の登記や土地の境界に関する相談に土地家屋調査士が無料で応じます。
- おたずね/島根県土地家屋調査士会 出雲支部の佐藤さん(☎726538)
- お詫びと訂正
広報いずも第132号のP13でお知らせした「人口内耳」は「人工内耳」の誤りでした。お詫びして訂正します。