

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
						1
2	3	4 ●乳幼児相談 (9時30分～11時、有明保健センター) ◆行政相談 (13時～15時、市民相談センター)	5 ●健康相談 (9時～11時、市・有明保健センター)	6 ■島原市戦没者追悼式(10時～、島原文化会館)	7	8 ■しまばら温泉不知火まつり(献湯祭10時～) ■島原城新能(17時～、島原文化会館)
9 ■市民体育祭大運動会(9時～、市営陸上競技場)	10	11 ●乳幼児相談 (9時30分～11時、市保健センター)	12 ●健康相談 (9時～11時、市・有明保健センター)	13	14	15 ■しまばら温泉不知火まつり(15時～島原文化会館) ■島原城の七不思議ぼくらは忍者探検隊(10時～、島原文化会館集合)
16 ■しまばらガマダス阿波踊り大会(10時～島原城) ■島原コスプレの乱(10時～18時、島原文化会館、市内各所)	17 ◆不動産相談(13時～16時、市民相談センター)	18 ◆行政相談(13時～15時、市民相談センター)	19 ●健康相談(9時～11時、市・有明保健センター)	20 ●乳幼児相談(9時30分～11時、杉谷公民館) ◆弁護士相談(13時～16時、市民相談センター) ※要予約	21	22
23	24 ●両親学級(10時～12時、市保健センター)	25	26 ●健康相談(9時～11時、市・有明保健センター) ◆公証人相談(13時～16時、市民相談センター) ※要予約	27 ◆交通事故巡回相談(10時～15時、市民相談センター) ※要予約	28 ◆合同行政相談(13時～16時、市民相談センター)	29
30	31					

＋ 子ども医療電話相談

夜間お子さんが急な病気やケガで困ったときは電話をしてください。

短縮ダイヤル **#8000**

または ☎ 095-822-3308

毎日 18時～翌朝8時

※日曜、祝日は24時間対応



島原の情報はコチラから

- ・市ホームページ
- ・各種 SNS (LINE, Facebook, Twitter, Instagram) など
- ・CATV：カボチャテレビ(土・日曜)、ひまわりテレビ(月～金曜)
- ・FMしまばら(88.4MHz)(月～金曜)
- ・新聞：島原新聞(随時)、長崎新聞(毎月第2・4火曜)

編集後記

月見団子ならぬ『お月見かんざらし』を自宅屋上で楽しみました。息子は「まんまるお月様を見ながら、まんまるかんざらしを食べるの、楽しいね」と、名月・名物ともに味わったあと、虫の声と吹く風の心地よさから眠りにつきました。名月を楽しみに作り、名月と味わう『お月見かんざらし』。涼を届ける島原スイーツは、秋の夜長・月明りのもとにもいい感じでした。⑮

10月は運動の秋、芸術の秋、読書の秋：と色々な秋が楽しめますが、私はやっぱり食欲の秋が楽しみです。栗やさつまいも、梨など旬の食べ物がたくさんありますが、私の一推しは「サンマー」です。この季節、脂の乗ったサンマの塩焼きを、白ごはんと一緒に食べることを楽しみにしています。今年は食欲の秋だけでなく、運動もしないとなあと思っています。⑮