

11

November  
2021

## 今月のくしま

組 相談

健 健康

他 その他

育 子育て

★ イベント

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
10/31	11/1	2	3 文化の日 ★ 第55回串間市民秋祭り産業祭【道の駅くしま駐車場】 ★ 第55回串間市民秋祭り保育・園児・児童・生徒作品展【市文化会館ホワイエ、市中央公民館本館体育室】	4 組 年金相談 (P25)	5 健 がん検診【市総合保健福祉センター】	6
7	8 組 人権相談 (P25)	9	10 育 1歳6カ月児健診	11	12	13
14 健 集団健診【市総合保健福祉センター】	15 組 法律相談 (P25)	16 組 消費者生活巡回相談 (P25)	17 育 乳児健診 健 がん検診【市総合保健福祉センター】	18	19	20
21 ★ くしま朝市よかむん市【串間商工会議所】	22 組 行政相談 (P25)	23 勤労感謝の日 ★ 絵本作家鈴木のりたけ氏のワークショップ (P18)	24	25	26 他 串間のよかむん冬の便申込締め切り日 (P2、3)	27
28	29	30 他 国民健康保険税(5期)、後期高齢者医療保険料(5期)、保育料(11月分)の納期限および口座振替日 (P21)	12/1	2 組 年金相談 (P25) 健 がん検診【市総合保健福祉センター】	3	4

※各日程については予定であり、変更になる場合があります。

## 編集後記

今月号の広報くしまの「くしトピ!」でも紹介している、市内の小学5年生が交流する「串間市ふれあい体験」に取材に行かせていただき、子どもたちと一緒に第2高畑山を登山しました。山頂まで2,3キロの険しい道のりを写真を撮りながら登るのは大変でしたが、子どもたちと楽しく話をしながら元気をもらい最後まで登りきることができました。次の日は筋肉痛もほとんどなく余裕ぶっていたら、

その次の日から体のあちこちに痛みが始め、数日は体が重い状態が続きました。「年を取ったな」と少し悲しい気持ちになりましたが、「このまま何もしなければもっと衰えていく。運動頑張りよう!」と強く思えるよい機会になりました。これから涼しくなり運動しやすい季節となります。「まずは形から!」ってことで運動靴を買い換えました。まずは週2回の運動を1カ月間頑張ります! (お)

広報くしまに関する  
ご意見・ご感想は  
こちらから ▼

