

2025 3月 イベントカレンダー

カレンダーの 見方

役 = 市役所 **郷** = 郷土史料館 **ア** = アルテピアッツァ美唄 **体** = 総合体育館 **会** = 市民会館
図 = 図書館 **子** = 子育て支援センター **球** = 市営球場 **ふ** = ふれあいサロン **福** = 総合福祉センター
ハ = ふるさとハローワーク **保** = 保健センター **プ** = 温水プール **宮** = 宮島沼水鳥・湿地センター

	消費生活相談 消費生活センター 10:00～15:00 月・火・木・金 (祝日を除く) ☎62-4500 へ ※上記の日時以外 で相談のある方は、 市役所 1 階⑥窓口 生活環境課 ☎62-3142 へ	一般相談(心配ごと 相談) 9:00～17:00 月～金(祝日を除 く) 電話または来 所にて相談に応じ ます。 社会福祉協議会 ☎62-0770 へ		び〜助健康体操 体 毎週木曜日 10:00～11:00		1 (土)
2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)
	図書館休館日 図 夜間納税窓口 役 (17:15～20:00)	夜間納税窓口 役 (17:15～20:00)	美唄養護学校小・中 学部絵画書道展 ア (16 日まで) 心の健康相談 (予約制)〈裏面参照〉 福 夜間納税窓口 役 (17:15～20:00)	ゆいサロン 有為団地集会所 (10:00～12:00) 税申告の出張受付 東明西福祉会館 (10:00～15:00) 夜間納税窓口 役 (17:15～20:00)	夜間納税窓口 役 (17:15～20:00)	おはなしの会 図 (10:30～) 美唄市社会福祉大会 福 (13:00～15:30)
9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)
はみんぐ休日開館日 子 (10:00～16:30)	図書館休館日 図	いなほ会 北福祉会館 (10:00～12:00)	法律相談(予約制) 〈裏面参照〉 福	認知機能検査 美唄警察署 (9:30～) くりの木サロン 東明西福祉会館 (10:00～12:00) なつかしの映画上映会 郷 (14:00～)	東 4 条サロン 東 4 条福祉会館 (9:30～11:30) 身体障害者生活相談 福 (13:00～15:00) 人権心配ごと相談 〈裏面参照〉 ハ	おはなしの会 図 (10:30～)
16 (日)	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)
水中運動教室 プ (14:00～14:45)	図書館休館日 図 峰延サロン 峰延福祉会館 (9:30～11:30)			地域福祉推進大会 福 (13:00～16:00) 「カムイのうた」上映会 会 (14:00～16:30) なつかしの映画上映会 郷 (14:00～)	図書館休館日 図 東 4 条サロン (麻雀 に興味のある方) 東 4 条福祉会館 (9:30～11:30) 南美唄サロン 南美唄コミュニティ センター (10:00～12:00)	小学生のための 「こころを彫る授業」 ア (13:00～16:00) 健康づくり講演会 福 (13:15～15:00)
23 (日)	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)
小学生のための 「こころを彫る授業」 ア (13:00～16:00)	図書館休館日 図			くりの木サロン 東明西福祉会館 (10:00～12:00) なつかしの映画上映会 郷 (14:00～) 市長との対話の日 (予約制)〈裏面参照〉 役	東 4 条サロン (麻雀 に興味のある方) 東 4 条福祉会館 (9:30～11:30) おはなしの会 図 (10:30～) PITAAAN! イベント PITAAAN! (13:00～16:00)	家族介護者交流事業 市立美唄病院 (10:00～12:00)
30 (日)	31 (月)					
	図書館休館日 図 チャリティー in 美 唄「歌で元気、歌 の力」 福 (11:30～16:00)					

家屋を新築・増改築・取り壊しをされた場合は税務課資産税係 ☎62-3140 へ連絡してください。

📅 今月の献血日

と き	と ころ
今月は実施しません	

📋 運転免許更新講習

と き	初回講習 (2時間)	優良講習 (30分)	一般講習 (1時間)	違反講習 (2時間)
3月5日(水)		16:30～		14:00～
3月14日(金)	15:00～		13:30～	
3月21日(金)		14:00～		15:00～

ところ 市民会館

※該当者は更新手続きを警察で済ませてから講習を受けてください。

市長との対話の日

と き 3月27日(木) 17時～19時

ところ 市役所2階市長応接室

※24日(月)までに申し込みください。公務により日程を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。(定員4人)

申込・問合せ まちのPR係 ☎63-0113 へ

📅 移動図書館巡回日程表

コース	駐 車 場 所	巡 回 日 時
A	東 光 団 地 集 会 所	13:00～13:20
	有 為 団 地	13:30～13:50
	ゆ た か 会 館	14:00～14:30
B1	ア カ シ ヤ 幼 稚 園	今月は実施しません
B2	東 小 学 校	14:00～15:00
C	中 央 小 学 校	14:00～15:00
D	障害者支援施設パシオ	10:10～10:50
	峰 延 駅 前	13:00～13:20
	恵 風 園	13:30～13:50
	進 徳 団 地	14:10～14:30

◆幼稚園・小学校の巡回時は、地域の皆さんもご利用いただけます。

心の健康相談 (3月5日(水) 14:00～16:00)

相談日の2日前までに社会福祉協議会 ☎62-0770 へ

法律相談 (3月12日(水) 13:00～16:00)

先着6人まで弁護士が相談に応じます。相談日の午前9時～正午までに電話で社会福祉協議会 ☎62-0770 へ

人権・心配ごと相談 (3月14日(金) 13:00～15:00)

問い合わせはまちのPR係 ☎63-0113 へ

救急診療窓口

市立美唄病院

西2北1

☎63-4171



🏊 総合体育館専用 (貸切) 使用

メイン・アリーナ			
日	9:00 時	13:00 時	18:00 時
2日(日)・8日(土)・15日(土)・23日(日)・ は全日専用使用です			
7(金)			専用
9(日)	専用	専用	
14(金)			専用
16(日)	専用	専用	
20(水)	専用	専用	
22(土)	専用	専用	
29(土)	専用	専用	
30(日)	専用	専用	

格技室			
日	9:00 時	13:00 時	18:00 時
2日(日)・8日(土)・15日(土)・23日(日)・ は全日専用使用です			
7(金)			専用
9(日)	専用	専用	
14(金)			専用
16(日)	専用	専用	
20(水)	専用	専用	
22(土)	専用	専用	
29(土)	専用	専用	
30(日)	専用	専用	

※予定後に専用使用が入る場合、または取り消される場合がありますのでご承知願います。問い合わせは総合体育館 ☎62-6500 へ。

サブ・アリーナ			
日	9:00 時	13:00 時	18:00 時
2日(日)・8日(土)・15日(土)・23日(日)・ は全日専用使用です			
7(金)			専用
8(土)	専用	専用	
9(日)	専用	専用	
16(日)	専用	専用	
20(水)	専用	専用	
22(土)	専用	専用	
29(土)	専用 (11時～13時)		
30(日)	専用 (11時～13時)		

トレーニング室			
日	9:00 時	13:00 時	18:00 時
2日(日)・8日(土)・15日(土)・23日(日)・ は全日専用使用です			
7(金)			専用
8(土)	専用	専用	
9(日)	専用	専用	
16(日)	専用	専用	
20(水)	専用	専用	
22(土)	専用	専用	
29(土)	専用 (11時～13時)		
30(日)	専用 (11時～13時)		



▲総合体育館
ホームページ



美唄市食生活改善推進協議会

健康づくりレシピ

サツマイモとリンゴの逆さまケーキ

今月は焼き菓子のレシピをご紹介します。出来上がりをひっくり返し、逆さまにすることでキレイな仕上がりになるケーキです。

抗酸化作用成分が多いサツマイモは免疫が低下しやすい冬に取りたい食材です。また、冬は冷えやむくみが起こりやすいので腎臓を活性させる黒豆茶と一緒にどうぞ。



●材 料 (1個分)

サツマイモ……………1本
リンゴ……………1個
くるみ(無塩 炒り) ……40g
卵(Mサイズ) ……3個
蜂蜜……………60g
ホットケーキミックス…200g
シナモンパウダー……………小さじ1/2
バター……………50g
砂糖……………70g

●作り方

- ①サツマイモとリンゴはよく洗い、サツマイモは皮つきのまま1cmの輪切りにして水にさらす。リンゴも皮つきのまま12等分のくし形に切り、種をとる。
- ②くるみは粗く刻んでおく。
- ③ボウルに卵を割りほぐし、蜂蜜、ホットケーキミックス、シナモンパウダーの順に加え、その都度よく混ぜる。
- ④深さのあるフライパンにバターと砂糖を入れ、弱火で加熱する。バターが溶けてきたら水気をとった①を並べ、その上に②を散らし、③を流し入れる。フタをして30分程弱火で焼き、竹串を刺し、何もついてこなければ焼き上がり。大きめの皿にひっくり返して、できあがり。