保育園
クラス）

子育て支援センター

さわやかハウス内 ☎ 697-1567

子育ての悩みやしつけ、養育などの相談は月～金曜日の午前９時～午後５時です。

◎子育て親子交流（４月）

▷プレママ＆ぽかぽか広場

【対象】妊娠中、２カ月～12カ月
【開催日】４月10日㈪、24日㈪
【時間】10:00～12:00（受付9:45）
【場所】子育て支援センター

▷なかよしデー

【対象】２カ月～就園前
【開催日】毎週 火・水・木曜日
【時間】10:00～15:00（受付9:45）
【場所】子育て支援センター

▷赤ちゃん講習会

「えほんの読み聞かせ」
【対象】２カ月～12カ月
【開催日】４月19日㈬
【時間】10:00～11:00（受付9:45）
【場所】子育て支援センター

子育て開放ルーム

親子が自由に集える開放ルームです。（参加費無料・予約不要）
※講習会終了後は、時間まで自由に過ごすことができます。

◆うさちゃんのへや

【利用日】毎週 火・木・金曜日
【時間】10:00～15:00
【場所】農村環境改善センター（室岡、不動児童館隣）
★講習会 4/21㈮ 10:00～11:00［おすし屋さんごっこ］

◆さくらんぼ広場

【利用日】毎週月・木・土曜日
【時間】9:00～12:00
【場所】矢巾東児童館
★講習会 4/20㈭ 10:00～11:00［こいのぼり製作］

お気軽にご相談ください！
生活支援コーディネーターを配置

町の委託により、４月から矢巾町社会福祉協議会に「生活支援コーディネーター」が配置されます。

【生活支援コーディネーターの役割】

生活支援コーディネーターは、高齢者の日常生活支援として、介護予防や地域の助け合い活動の取り組みを支援します。また、各種団体のネットワークにより、町に不足しているサービスの創出やボランティアの育成などを行います。

▼問い合わせ　コーディネーターへの相談や問い合わせは、矢巾町社会福祉協議会（☎ 611-2840）へ。

生活支援コーディネーター
佐々木崇臣（ささきたかおみ）さん

町内献血バス運行情報【400mL 献血のみ】

《４月７日㈮》
① 9:30 ～ 11:00
UDトラックス㈱
岩手県農業共済組合盛岡・紫波支所
② 12:30 ～ 14:00
ＪＡいわて中央矢巾地域営農センター
③ 15:00 ～ 16:30　南昌病院

《４月19日㈬》
① 9:00 ～ 12:00
盛岡地区勤労者共同福祉センター
② 14:00 ～ 16:30
岩手医科大学矢巾キャンパス

４・５月の予定

【担当】健康長寿課健康づくり係 ☎611-2822

	項　目	実施日	受付時間・場所		備　考
母子保健	のびのびBaby教室	4月10日㈪	9:30～ 9:50	さわやかハウス	平成28年11月生まれ
	１歳６カ月児健診	4月19日㈬	12:30～14:00		平成27年８月～９月生まれ
	３歳児健診	5月24日㈬	12:30～14:00		平成25年９月～10月生まれ
	マタニティひろば(1コース)	5月16日㈫	13:00～13:15		妊婦
	母子健康手帳の交付	毎　週金曜日	9:00～11:30 13:00～16:00		妊娠届出書・保険証・印鑑・所得証明書・通帳を持参

≪転入されて、小学校に入学する前のお子さんがいる方へ≫
今後に必要な健診や予防接種の相談を「さわやかハウス」で行っています。母子健康手帳をお持ちの上、早めにご相談ください。

健康がいど Health

はやさか とあ ちゃん

こくら きらと くん

うるしばら かずき ちゃん（３歳児

煙山保

「頑張る減塩から、気軽に減塩へ」矢巾町塩彩フォーラムを開催しました

「ナト・カリ」と減塩への関心の高さから多くの方が来場しました

町では２月28日、矢巾町塩彩フォーラムを町公民館で開催し、170人が参加しました。

基調講演では、人間総合科学大学の奥田奈賀子教授が、昨年町民の方を対象に実施した、ナト・カリ調味料を使用したことによる尿中の食塩とカリウムの量の変化についての調査結果を報告。「もともとしょっぱいものが好きな人の方が、減塩の効果が大きい」ことが分かり、ナト・カリ調味料で無理なく減塩することが可能であると説明しました。

パネルディスカッションでは、ナト・カリ調味料について「開発」「販売」「消費」の立場から、パネリストが意見を発表しました。「消費」の立場で発表した橘照子さん（新田２区）は「家族には薄味で我慢ばかりするより、好きな味付けで食べてほしいので、薄味を我慢せずに減塩効果があるナト・カリ調味料に期待しています」と話しました。

また、コーディネーターの板井一好教授は、矢巾町内の飲食店が協力してナト・カリメニューを提供したキャンペーンに触れ「ナト・カリ食品を開発、流通し、飲食店などで提供することは減塩のポピュレーション(※)アプローチにつながる。今後も小さな矢巾町から県内外へどんどん発信してほしい」とまとめました。

(※)病気の予防手段として、集団全体への働きかけを行うことで、集団全体の健康状態を向上させ、リスクを軽減すること。

認知症あれこれ相談

矢巾町地域包括支援センターさわやかハウス相談室
☎ 697-5570　夜間 080-5740-0684

平日	月～木　9:00 ～ 17:00
夜間(電話のみ)	4/28 (金) 19:00 ～ 21:00
まちなか物忘れ相談室(ショッピングモールアルコ)	4/11 (火) 13:00 ～ 16:00
「おれんじカフェ」(やはぱーく)	4/15 (土) 10:00 ～ 12:00

夜間 小児救急入院受入病院

受付時間：午後５時～翌日午前９時
(土曜日は午後１時～午後５時も受付)

病　院	４月担当日
岩手県立中央病院 上田 ☎ 653-1151	1,5,6,12,14 16,19,21,24 26,29
岩手医科大学附属病院 内丸 ☎ 651-5111	3,7,9,10,13 15,17,20,25 27,28,30
盛岡赤十字病院 三本柳 ☎ 637-3111	2,23
もりおかこども病院 上田字松屋敷 ☎ 662-5656	8,22
川久保病院 津志田 ☎ 635-1305	4,11,18

今月の休日当番医

◎診療時間 9:00～17:00（紫波・矢巾の医療機関を受診する際は、事前に電話連絡をお願いします）

日	紫波・矢巾	盛岡南〈内科〉	盛岡〈外科・整形外科〉	盛岡〈小児科〉	歯　科
2日 (日)	たがね小児科医院 紫波町高水寺 ☎ 672-2753	たけ循環器内科クリニック 北飯岡 ☎ 656-5855	もりた整形外科 山岸 ☎ 652-5858	小林小児科クリニック 三本柳 ☎ 638-0404	※歯科休日救急当番医の診療時間は午前９時から正午までです
9日 (日)	紫波皮フ科医院 紫波町日詰 ☎ 672-5134	開運橋消化器内科クリニック 大通 ☎ 613-3336	くろだ脳神経・頭痛クリニック 神明町 ☎ 653-3522	森田小児科医院 緑が丘 ☎ 662-3326	神の前歯科医院 南矢幅 ☎ 697-6995
16日 (日)	八木クリニック 流通センター南 ☎ 639-8722	かつら内科クリニック 本宮 ☎ 658-1223	なおや脳神経・頭痛クリニック 本宮 ☎ 656-3708	もりおかこども病院 上田字松屋敷 ☎ 662-5656	―
23日 (日)	はこざき脳神経外科クリニック 紫波町桜町 ☎ 671-1515	工藤内科ハートクリニック 中ノ橋通 ☎ 653-6811	かとう整形外科クリニック 中央通 ☎ 622-2555	西島こどもクリニック 上田 ☎ 651-1369	スマイル歯科医院 西徳田 ☎ 697-2121
29日 (土)	こずかた診療所 又兵エ新田 ☎ 698-3033	荻野病院 本宮 ☎ 636-0317	たにむらクリニック 本宮 ☎ 601-2990	よしだクリニック 西仙北 ☎ 635-8341	―
30日 (日)	加藤胃腸科内科医院 紫波町高水寺 ☎ 672-3699	さとう胃腸科内科 向中野 ☎ 635-0789	栃内病院 肴町 ☎ 623-1316	杜のこどもクリニック 向中野 ☎ 631-1160	―

◆夜間急患診療所（午後７時～午後11時）盛岡市神明町 ☎ 654-1080　◆高度救命救急センター　盛岡市内丸 ☎ 651-5111

（お願い）かぜなどの軽い症状の場合、午後７時から午後11時までは夜間急患診療所をご利用ください。

※土曜日は、病院により診療の有無や時間が異なりますので、直接各病院にお問い合わせください。

※子育て世代活動支援センター「どんぐりっこ」（矢幅駅東口「やはぱーく」３階）
開館時間：午前９時～午後７時　（毎週水曜日は休館）　☎ 656-6630