

認知症セミナー開催!

岩手医科大学、町、町地域包括支援センターの共催で「認知症セミナー」を開催します。皆さんぜひご参加ください。

※参加無料、事前申し込み不要

●日時 3月21日(水・祝) 午後1時～午後3時30分

●会場 田園ホール

第1部(午後1時～午後1時50分)

「平成29年度やはば脳とカラダいきいき健診事業報告」

岩手医科大学医学部内科学講座神経内科・老年科分野

米澤久司准教授

「矢巾町高齢者福祉計画・第7期介護保険事業計画について」

役場健康長寿課

第2部(午後2時～午後3時30分)

講演「認知症を正しく理解しよう!～地域で支え合うこと～」

講師: 岩手医科大学医学部内科学講座

神経内科・老年科分野 赤坂博助教

シンポジウム「地域で活躍するみなさんの声をきこう!」

町ボランティア団体に所属している7名の方から活動内容や今後の展望などを伺います。

●問い合わせ 矢巾町地域包括支援センター(☎611-2855)

認知症あれこれ相談

【場所】 さわやかハウス

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080-5740-0648

平 日	月～金 9:00～17:00
夜間(電話のみ)	3/23(金) 19:00～21:00
「おれんじカフェ」 (やはばーく)	3月は お休みです

※まちなか物忘れ相談室は、2月20日をもって終了しました。

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					土曜午後1時～午後5時 (祝日の土曜は午前9時～)
病 院	岩手県立中央病院 上田☎653-1151	岩手医科大学附属病院 内丸☎651-5111	盛岡赤十字病院 三本柳☎637-3111	川久保病院 津志田☎635-1305	もりおかこども病院 上田字松屋敷☎662-5656	
3月 担当	1, 4, 7, 9, 14, 15, 17 19, 22, 25, 27, 29, 30	2, 3, 5, 8, 10, 12, 16 18, 21, 24, 26, 28, 31	11, 23	6, 13, 20	3, 10, 17, 24, 31	

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
4日 日	せき内科胃腸クリニック 西徳田☎698-4441	鈴木内科医院 八幡町☎623-3038	向中野クリニック 向中野☎613-2227	寺井小児科医院 山王町☎623-8249	※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
11日 日	志和診療所 紫波町上平沢☎673-7805	大澤脳神経・内科・歯科クリニック 茶畑☎652-0038	ヒロバランスクリニック 松園☎664-6037	よしだクリニック 西仙北☎635-8341	矢巾歯科診療所 又兵衛新田☎697-7220
18日 日	南矢巾ハートクリニック 南矢幅☎698-1010	いい内科・糖尿病クリニック 中ノ橋通☎601-2277	栃内病院 肴町☎623-1316	吉田小児科 梨木町☎652-1861	
21日 水	平井医院 紫波町日詰☎672-3200	鎌田内科クリニック 本宮☎636-1725	細井外科医院 大沢川原☎624-2715	みうら小児科 中野☎622-9591	
25日 日	おぼない内科クリニック 南矢幅☎698-1190	小豆嶋胃腸科内科クリニック 仙北☎636-1503	双木整形外科医院 月が丘☎646-3855	白井循環器呼吸器内科・小児科 松園☎662-9845	流通センター歯科診療所 流通センター南☎638-5165

◆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。



たなかだて たつなりくん



おいかわ ももかちゃん



たかはし ひなたくん



からさわ さこんくん



おいかわ みさきちゃん

こずかた保育園(3歳児) みんななかよしお友達

- 福祉・子ども課
(福祉係☎611-2571 子ども支援係☎611-2575)
- 子育て支援センター(☎611-2831)
- 健康長寿課
(長寿支援係☎611-2821 健康づくり係☎611-2822)
- 地域包括支援センター(☎611-2855)

みんなでつなごう いのちとこころの絆 3月は自殺対策強化月間です

自殺の多くは、「追い込まれた末の死」です。

自殺を防ぐためには、心が危険な状態に追い込まれる前に悩みを解消することが必要です。

皆さんの身の回りの方で右のサインが出ていたら、これは自殺の危険があります。何らかのサインに気づき、専門家につないで寄り添って見守りましょう。

自殺にいたる原因は、精神保健上の問題だけでなく、過労や生活困窮、育児、介護疲れ、いじめ、孤立などのさまざまな要因が複雑に関係しています。

相談先

- 役場福祉・子ども課 (☎611-2572)
- 県央保健所 (こころの健康相談) (☎629-6574)
- 岩手県精神保健福祉センター (こころの電話相談) (☎622-6955)
- 盛岡いのちの電話 (☎654-7575)

自殺の危険を示すサイン

- ①うつ病の症状 (気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続く)
- ②原因不明の身体の不調が続く
- ③酒量が増す
- ④安全や健康が保てない
- ⑤仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦本人にとって価値のあるものを失う
- ⑧重症の身体の病気にかかる
- ⑨自殺を口にする
- ⑩自殺未遂に及ぶ

子育て親子交流(3月)

プレママ&ぽかぽか広場

【対象】2カ月～12カ月の乳児家庭
【開催日】19、26日いずれも月曜日
【時間】10:00～11:00
【場所】子育て支援センター

子育て支援センター

赤ちゃん講習会

【ふれあいあそび】
【対象】2カ月～12カ月の乳児家庭
【開催日】14日(水)
【時間】10:00～11:00
【場所】子育て支援センター

さわやかハウス内☎611-2831 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3時です。

なかよしデー

【対象】2カ月～就園前の乳幼児家庭
【開催日】毎週火・水・木曜日
【時間】10:00～15:00
【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】火・木・金曜日
【時間】10:00～15:00
【場所】農村環境改善センター(不動児童館隣)
☆講習会 3月9日(金)10:00～11:00
「げんきっこメダルを作ろう」

さくらんぼ広場

【利用日】月・木・土曜日
【時間】9:00～12:00
【場所】矢巾東児童館
☆講習会 3月22日(休)10:00～11:00
「人形劇とふれあい遊び」



みかみ あいか ちゃん



もりそと けいすけ くん



ふじわら じょうくん



ふかだ ひまり ちゃん



のおもて ぶんたくん

※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