

子育て親子交流(2月)

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。

プレママ&ぽかぽか広場

【対象】妊婦と2カ月～12カ月の乳児家庭
【開催日】4、18日いずれも月曜日
【時間】10:00～11:00 ※受付9:45～
【場所】子育て支援センター

赤ちゃん講習会

【手作りおもちゃ】
【対象】2カ月～12カ月の乳児家庭
【開催日】20日(水)
【時間】10:00～11:00
【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 2月15日(金)10:00～11:00
「ポンポン・ボールで遊ぼう」

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 2月21日(木)10:00～11:00
「お祝いひな祭り」

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
2月 担当	1, 3, 6, 8, 11, 15, 17, 20 22, 26, 28	2, 4, 7, 9, 10, 14, 16 18, 21, 23, 25, 27	13, 24	5, 12, 19	2, 9, 16, 23

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
3日 ☀	高宮消化器科内科医院 西徳田 ☎697-7030	やまだ胃腸内科クリニック 津志田中央 ☎614-0180	鈴木整形外科 本宮 ☎658-0202	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
10日 ☀	渡辺内科医院 日詰 ☎672-3667	大浦内科・歯科クリニック 津志田西 ☎639-3315	さかもと整形外科 天神町 ☎623-8555	村田小児科医院 紺屋町 ☎622-7132	煙山歯科医院 上次次 ☎697-7900
11日 ☀	なおしま医院 紫波町上平沢 ☎673-6967	小豆嶋胃腸科内科クリニック 仙北 ☎636-1503	菊池整形外科・形成外科 清水町 ☎606-5100	白井循環器呼吸器内科・小児科 松園 ☎662-9845	
17日 ☀	川守田医院 紫波町日詰駅前 ☎676-5553	川村内科医院 志家町 ☎651-6677	緑が丘整形外科 緑が丘 ☎664-1555	川久保病院 津志田 ☎635-1305	
24日 ☀	八木クリニック 流通センター南 ☎639-8722	遠山病院 下ノ橋町 ☎651-2111	たぐち脳神経外科クリニック 本町通 ☎621-1234	中村こどもクリニック 上厨川字杉原 ☎648-7711	佐藤歯科医院 高田 ☎697-7250

◆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。

こずかた保育園(3歳児)のお友だち



みやり むくん



ほんだ あおいくん



とうげだて あつひとくん



たむら ひろむくん



すがわら ゆうとくん



おもいし しおんくん

- 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(☎697-1567)
- 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)

健康いきいき生活をシルバーリハビリ体操で！ シニアお元気教室を開催します

町では、健康でいきいきとした生活を送るため「シニアお元気教室」を開催します。シルバーリハビリ体操をして、介護予防に取り組んでみませんか？

●日時・会場

- ①2月21日(木) 矢巾町農村環境改善センター
 - ②2月25日(月) 広宮沢1区公民館
 - ③2月28日(木) 西徳田2区公民館
- いずれも午前10時～午前11時(受付は午前9時30分から)

●対象者 おおむね65歳以上の方

●定員 各会場20人程度

●参加料 無料

●講師 南昌病院理学療法士など

●その他 動きやすい服装でご参加ください。

●申込先 各開催日の前日までに役場健康長寿課長寿支援係(☎611-2828)へお申し込みください。

シルバーリハビリ体操とは…

シルバーリハビリ体操とは、介護予防を推進するために茨城県で考案された体操で、道具を使わずに、いつでも、どこでも、だれでもできる体操です。

この体操をすることで、腰痛予防、ひざ痛予防、転倒予防、失禁予防などに効果があります。

矢巾町では、平成28年度からシルバーリハビリ体操に取り組んでいます。シルバーリハビリ体操の指導者の会「やはぱりハさわやか会」を結成し、介護予防教室や「通いの場体操くらぶ」などで活動しています。



障がいへの理解を深める講演会 ～共に暮らせる地域を創る取り組みを学ぶ～

紫波地域障がい者基幹相談支援センターでは、障がいや障がいがある方への理解を深める講演会を開催します。重度心身障がいの方の暮らしに寄り添い、障がいの有無に関わらず、皆さんとともに地域で生きていくための取り組みを紹介します。

参加無料ですので、皆さんお誘い合わせの上ぜひご来場ください。

●日時 2月28日(木)午前9時30分～正午

●場所 さわやかハウス2階わくわくルーム

●内容

実践報告「みちのく療育園と不動小学校の交流授業」

講演会「医師 田中総一郎氏」

(医療法人はるたか会あおぞら診療所ほっこり仙台)

●申込先 2月21日(木)までに電話で、紫波地域障がい者基幹相談支援センター(しんせい内☎601-2805)へお申し込みください。

献血にご協力ください!

▼献血会場 もりおか献血ルーム「メルシー」(盛岡市大通2-3-7CT33ビル4階、☎653-6511)

▼受付時間

全血献血

午前10時～午後0時45分

午後2時～午後5時45分

成分献血

午前10時～正午

午後2時～午後5時

※土日・祝日は昼時間

間も中断せず献血を

実施します。



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)	2/22(金) 19:00～21:00
「おれんじカフェ」(やはぱーく)	2/9(土) 10:00～12:00

こころの健康相談

町では、精神科医による「こころの健康相談」を開催します。心配なことは一人で抱え込まずに、どうぞ気軽にご相談ください。

※相談無料、完全予約制

【日時】2月18日(月)午後1時～午後2時30分

【場所】役場庁舎内 【対象】町内に在住の方

【予約・問い合わせ】役場福祉・子ども課福祉係(☎611-2572)