

総合カレンダー Calendar

9月 10月

7

◆日本脳炎予防接種 里 12:40~
■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町①、附馬牛町、宮守町宮守第1~3区・第4区①・第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平を除く)・第6区、宮守町達首部
◎心配ごと相談 総 10:00~

8



◎移動献血車「まごころ号」運行日
※場所・時間は別表参照

★S L 銀河運転日(釜石行き)

12

◆6~7カ月児健診(H30.2月生)、BCG予防接種 里 13:00~
■紙類・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
◎登記相談会(予約制) 10:00~

13

■紙類・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
◎行政相談 宮 10:00~

14

■紙類・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町

15

★S L 銀河運転日(釜石行き)

19

☆食育の日
◆1歳児健康相談(H29.9月生) 里 9:30~
◆1歳6カ月児健診(H29.2・3月生) 里 13:00~
■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
◎行政相談 本 13:00~
◎心配ごと相談 宮 10:00~

20

■ペットボトル・缶(飲料用)/土淵町、上郷町

21

◆育児相談(乳幼児) 児 10:00~
■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町①、附馬牛町
◎人権相談 宮 10:00~
◎心配ごと相談(弁護士) 総 10:00~

22

★S L 銀河運転日(釜石行き)

26

◆育児相談(乳幼児) 里 9:30~
◆3歳6カ月児健診(H27.3月生) 里 13:00~
■びん・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
◎消費者救済資金融資相談(予約制) 市 13:00~
◎登記相談会(予約制) 10:00~

27

■びん・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
◎弁護士無料法律相談(予約制) 市 10:00~

28

☆いわて減塩の日

◆産後リフレッシュ教室(要予約) ね 10:00~
■びん・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町

29

★S L 銀河運転日(釜石行き)

3

◆3~4カ月児健診(H30.6月生) 里 13:00~
■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町②、青笹町

4

◆日本脳炎予防接種 里 12:40~
◆妊婦教室 ね 14:00~
■もえないごみ・粗大ごみ/土淵町、上郷町、宮守町宮守第4区②・第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平)・第7区、宮守町鱒沢
◎弁護士無料法律相談(予約制) 市 10:00~◎花巻年金事務所出張相談(予約制) 本 10:30~

5

◆日本脳炎予防接種 里 12:40~
■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町①、附馬牛町、宮守町宮守第1~3区・第4区①・第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平を除く)・第6区、宮守町達首部
◎心配ごと相談 総 10:00~

6

★S L 銀河運転日(釜石行き)

Table with 4 columns: 休日当番医 & 薬局, 日付, 医科, 歯科, 薬局. Lists on-call doctors and pharmacies for various dates from Sept 9 to Sept 30.

【注意】遠野病院(☎62-2222)は、救急指定病院。救急患者に限り診療します。

下半期分です！ (10月~来年3月)

Medical calendar grid for October to March, listing various medical services and locations.

休日当番医日程表を 折り込んでいます。

使い方

①取り外す



②目立つ場所に貼る



次ページへ

健康についての正しい知識を伝える 健幸アンバサダー養成講座

県内初開催！ 全国200万人 養成プロジェクト

健幸アンバサダーは、家族や友人に口コミで健康に関する情報を伝える伝道師。健康に関する正しい知識や情報の上手な伝え方を学ぶことができます。大切な人の健康を守るのは、そばにいるあなたです！

日時・場所 10月5日(金) 13時半~17時 みやもりホール

10月6日(土) 9時~12時半 あえりあ遠野 ※いずれか1日のみの受講

講師 くのしんや 久野譜也 教授 筑波大学大学院人間総合科学研究科 スポーツ医学専攻 教授 医学博士 ㈱つくばウエルネスリサーチ代表取締役社長

- 講座内容 ①健康講座：生活習慣病やがん予防に関する知識 ②まちづくり講座：健康とまちづくりの関係性 ③情報伝達効力講座：わかりやすい情報の伝え方 ④筋トレ体験講座：転ばない体づくりのための実技

その他 動きやすい服装でお越しください。養成講座を受講した人には「健幸アンバサダー認定証」を交付します。 健幸アンバサダー認定証

申し込み 9月28日(金)までに各地区センターで配布しているチラシや電話で申し込みください 市医療連携室(☎68-3187)・市健康長寿課(☎68-3185)

医科

※医科の休日当番医は、診療科を問わず診療します

診療時間▷午前9時～午後5時

遠野市医師会

10月	7日(日)	8日(月)体育の日	14日(日)	21日(日)	28日(日)	
	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	千葉 医院 ☎62-4039	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	中央 診療所 ☎62-2277	
11月	3日(土)文化の日	4日(日)	11日(日)	18日(日)	23日(金)勤労感謝の日	25日(日)
	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	川上 医院 ☎62-2051	あいずみ 医院 ☎63-2021	千葉 医院 ☎62-4039	時田 医院 ☎62-2147
12月	2日(日)	9日(日)	16日(日)	23日(日)天皇誕生日	24日(月)振替休日	30日(日)
	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	中央 診療所 ☎62-2277	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	時田 医院 ☎62-2147	川上 医院 ☎62-2051
	31日(月)年末					
1月	1日(火)元日	2日(水)年始	3日(木)年始	6日(日)	13日(日)	14日(月)成人の日
	千葉 医院 ☎62-4039	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	中央 診療所 ☎62-2277	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330
2月	20日(日)	27日(日)				
	時田 医院 ☎62-2147	川上 医院 ☎62-2051				
3月	3日(日)	10日(日)	11日(月)建国記念日	17日(日)	24日(日)	
	あいずみ 医院 ☎63-2021	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	千葉 医院 ☎62-4039	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	
3月	3日(日)	10日(日)	17日(日)	21日(木)春分の日	24日(日)	31日(日)
	中央 診療所 ☎62-2277	時田 医院 ☎62-2147	川上 医院 ☎62-2051	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	あいずみ 医院 ☎63-2021	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600

歯科

※祝祭日は診療しません

診療時間▷午前9時～正午

遠野歯科医師会

10月	7日(日)	14日(日)	21日(日)	28日(日)	
	かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010	両川 歯科医院 ☎62-3211	飯高 歯科医院 ☎62-8917	アベ 歯科医院 ☎62-3166	
11月	4日(日)	11日(日)	18日(日)	25日(日)	
	宮守 歯科診療所 ☎67-2225	遠野歯科 クリニック ☎62-2101	ながね 歯科医院 ☎62-6454	佐藤 歯科医院 ☎62-0303	
12月	2日(日)	9日(日)	16日(日)	23日(日)	30日(日)
	打越 歯科医院 ☎60-1010	松原 歯科医院 ☎68-3222	沼崎 歯科医院 ☎62-4108	かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010	両川 歯科医院 ☎62-3211
1月	6日(日)	13日(日)	20日(日)	27日(日)	
	飯高 歯科医院 ☎62-8917	アベ 歯科医院 ☎62-3166	宮守 歯科診療所 ☎67-2225	遠野歯科 クリニック ☎62-2101	
2月	3日(日)	10日(日)	17日(日)	24日(日)	
	ながね 歯科医院 ☎62-6454	佐藤 歯科医院 ☎62-0303	打越 歯科医院 ☎60-1010	松原 歯科医院 ☎68-3222	
3月	3日(日)	10日(日)	17日(日)	24日(日)	31日(日)
	沼崎 歯科医院 ☎62-4108	かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010	両川 歯科医院 ☎62-3211	飯高 歯科医院 ☎62-8917	アベ 歯科医院 ☎62-3166

保存版 休日急患診療当番医日程表

下半期分(平成30年10月～平成31年3月)

【お願い】

都合により当番医を変更することがありますので、
受診の際は事前に電話で確認ください。

この日程表に関する問い合わせは、市医療連携室(☎62-2111)まで!

遠野病院

医師・看護師などによる 地域懇談会

県立遠野病院では、地域の皆さんに健康づくりに関する
情報提供と当院の診療体制についての意見を伺うため、
地域懇談会を開催しています。どなたでも参加で
きますので、お気軽にお話しください。

問い合わせ 県立遠野病院 (☎62-2222)

同時開催
健康講演会
健幸ポイント
対象事業

開催日	場所	開催時間
9月 19日	小友地区センター	18時半 ～ 19時半
9月 26日	上郷地区センター	
10月 24日	達首部地区センター	18時半 ～ 19時半
10月 31日	宮守地区センター	
11月 7日	宮守老人憩いの家	18時半 ～ 19時半
11月 21日	松崎地区センター	
11月 28日	遠野市民センター	

こども

急な発熱などで心配な時は、 「こども救急電話相談」まで!

お子さんが急な病気などで心配な時、経験豊かな看護師がアドバイスします。
「受診したほうがいいかな…」と迷った時は、まず、お電話を!

★年中無休
★19時～23時受付

#8000 または 019-605-9000

問い合わせ・場所

◆各種健診・予防接種・健康相談・各種教室

問 市健康福祉の里母子安心課 (☎68-3186)または宮守総合支所 (☎67-2111)

■ごみ収集日

問 市環境課(☎62-2111内線564) または宮守総合支所(☎67-2111) ※遠野町①=遠野町12区・13区、松崎町4～8区/遠野町②=遠野町1区・3区・5～7区(石倉除く)・14区/遠野町③=遠野町2区・4区・石倉・8～11区・15区/宮守町宮守第4区①=相ノ山・欄場・沢田1班・駅前・東洋レンズ岩手工場脇/宮守町宮守第4区②=オノ神・沢田2班・吉金・赤沢川

●行政相談

問 市総務企画部政策担当 (☎0198-62-2111内線217)

●心配ごと相談・無料弁護士相談

問 遠野市社会福祉協議会 (☎0198-62-8459)

●弁護士無料法律相談

多重債務者弁護士無料相談 (いずれも予約制)

問 遠野市消費生活センター (☎0198-62-6318)

●人権相談

問 盛岡地方務局花巻支局 (☎0198-24-8311)

●消費者救済資金融資相談(予約制)

問 県消費者信用生活協同組合北上事業所(☎0197-61-0133)

●傾聴サロン

問 市健康福祉の里福祉課 (☎0198-68-3193)

●登記相談会(予約制)

問 盛岡地方務局花巻支局 (☎0198-24-8311)

●花巻年金事務所出張相談(予約制)

問 花巻年金事務所 (☎0198-23-3351)

開催場所は、次のとおり省略して標記しています

- 市…市民センター
- 里…遠野健康福祉の里
- 児…宮守児童館
- 宮…宮守総合支所
- 総…総合福祉センター
- と…市役所とびあ庁舎
- 本…市役所本庁舎
- ね…ねっとゆりかご
- ち…ちょボラ
- あ…あすもあ遠野

移動献血車「まごころ号」

9月8日(土) ①9時半～13時▷総合防災センター (消防フェア会場内) ②14時半～16時▷ビッグハウス遠野店



「まごころ号」を見つけたら、愛と理解と行動を!

●問い合わせ 市福祉課福祉総務係 (☎ 68-3191 内線 12)

9

★S L 銀河運転日(花巻行き)

10

◆2歳児(H28.9月生)歯科相談 里
■紙類・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

11

◆3歳児歯科相談(H27.9月生)里
■紙類・プラ製容器包装/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)
◎人権相談 市 10:00～

16

☆とおの家族の日

17

☆敬老の日

■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部
★S L 銀河運転日(花巻行き)

18

◆予防接種(四種混合、ヒブ、肺炎球菌、不活化ポリオ、B型肝炎) 里 12:40～
■ペットボトル・缶(飲料用)/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)
◎多重債務者弁護士無料相談(予約制) 市 10:00～
◎傾聴サロン ち 10:00～

23

☆秋分の日

★S L 銀河運転日(花巻行き)

24

☆振替休日

■びん・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

25

■びん・プラ製容器包装/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)

30

★S L 銀河運転日(花巻行き)

10月1

■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町③、綾織町

2

◆予防接種(四種混合、ヒブ、肺炎球菌、不活化ポリオ、B型肝炎) 里 12:40～
■もえないごみ・粗大ごみ/小友町、松崎町第1～3区
◎傾聴サロン ち 10:00～

市民センターの各種相談は 駐車無料です!

市民センター会場の各種相談を利用する人は、当日の駐車料金が無料です。車で相談にお越しの際は、駐車券を相談担当者にお渡しください。無料駐車券と交換します。

遠野テレビ【番組案内】

日本のふるさと「遠野まつり」
【生中継】 9/15(土)▷10時半～
【再放送】 ①9/15(土)▷18時～ ②9/16(日)▷12時～、18時～
★郷土芸能パレード
【前編】9/22(土)・23(日)、【後編】9/29(土)・30(日) 問い合わせ 遠野テレビ(☎63-1711)
▷15時～、20時～

【お知らせ】 遠野テレビ使用料の減免措置があります。詳しくは… 遠野テレビ加入促進 検索

見逃ししてはいけないこと!

健康づくりをサポートするボランティア「健康づくりサポーター」 食生活改善推進員・運動普及推進員養成講座

食生活改善推進員や運動普及推進員など、地域で健康づくりをサポートするボランティアの養成講座を開講します。講座を受講すれば、誰でもサポーターになることができます。健康づくりに興味のある人は、ぜひご応募ください!

応募資格

▷市内在住▷講座を全て受講できる▷受講後は各種ボランティア活動に参加できる—のすべてを満たす人

定員

40人程度(男女不問)

募集締切

9月28日(金) ※定員になり次第締め切ります

講座内容 ※今年度は2カ所で実施します

★期間 遠野健康福祉の里会場/10月23日(火)～11月27日(火)の期間に全6回 達曽部地区センター会場/10月25日(木)～11月29日(木)の期間に全6回

★内容 講話、調理実習、簡単な運動実技 など

★費用 保険料1,000円程度、調理実習1回につき400円

※講座の日程などの詳細は、各地区センターで配布しているチラシや市ホームページをご覧ください

申し込み・問い合わせ

市健康長寿課(☎68-3185)

遠野市 健康づくりサポーター 検索

知的障がいに関する悩みは 地域の相談員まで

知的障がい者やその家族が抱える生活の身近な相談は、知的障害者相談員が応じます。

あきお 菊池 昭夫 さん(小友町)

しんいちろう 菅田 新一郎 さん(綾織町)

みつはる 松田 光治 さん(附馬牛町)

※任期は、いずれも平成32年7月31日まで

問い合わせ

市福祉課(☎68-3193)

9月24日～9月30日は 結核予防週間です

結核は、結核菌によって、主に肺に炎症を起こす病気です。昔の病気と思われがちですが、平成28年中には、県内で131人が結核と診断されています。初期症状は風邪に似ていて▷タンが出る▷咳が2週間以上続く▷体がだるい—などです。症状が続くときは、早めに医療機関を受診しましょう。

問い合わせ

結核に関する問い合わせ 県中部保健所保健課(☎0198-22-4921内線231)

健診・予防接種に関する問い合わせ 市健康長寿課(☎68-3185)