



②目立つ場所に貼る



①取り外す

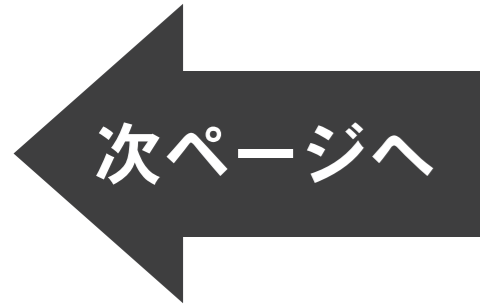
使い方

休日当番医日程表

折り込んでいます。

上半期分です！
(令和6年4月～令和6年9月分)

月	診療時間	当番医	連絡先
4月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147
5月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147
6月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147
7月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147
8月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147
9月	午前9時～午後5時	千歳市 守口 中丸 時田	092-4038 092-2170 092-2171 092-2147



お断り

日程表を取り外しやすくするため、今月号は中とじ(ホチキス止め)していません。

遠野消防署からのお知らせ

3月～5月は火災に注意！

空気が乾燥する3月～5月は、火災が起きやすい時季です。火の取り扱いには十分注意し、火災予防を心掛けましょう。

■問い合わせ 市消防本部(☎62-2119内線109、110)

■火災から命を守る10のポイント

■4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない
- ②ストーブの近くに燃えやすいものを置かない
- ③コンロを使うときは火のそばを離れない
- ④コンセントのほこりを取り、使わないプラグは抜く

■6つの対策

- ①ストーブやコンロは安全装置の付いたものを使用する
- ②住宅用火災警報器を設置する
- ③寝具や衣類、カーテンは、防災品を使用する
- ④住宅用消火器を設置し、使い方を確認しておく
- ⑤避難経路と避難方法を確認しておく
- ⑥防災訓練の参加や戸別訪問など、地域ぐるみで対策する



1月28日に宮守町鱒沢で実施した文化財を守る消火訓練。地域の大切な宝を火災から守りましょう

■住宅用火災警報器の点検をしましょう

住宅用火災警報器は定期的に点検し、電池交換や機器の更新(10年が目安)をしましょう。

■悪質な訪問販売に注意してください

市消防本部・消防団では、消火器や火災警報器などの訪問販売はしていません。不審な業者の訪問販売に注意してください。

6 ◆1歳児健康相談(R 5. 2月～3月生)里
 ◆3～5カ月児健診(R 5. 10月～11月生)里
 ●傾聴サロンと10:30～
 ☑もえないごみ・粗大ごみ/遠野町②、青笹町、宮守町宮守1区(旧2区)、3区(才ノ神・沢田2班・吉金・赤沢川・岩根橋)、4区(笠平・雪谷沢・関谷)、5区

7
 ●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～
 ☑もえないごみ・粗大ごみ/土淵町、上郷町、宮守町宮守1区(旧1区)、2区、達曽部

8
 ☑紙類・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町
 ☑プラ製容器包装/宮守町宮守1区(旧1区)、2区、達曽部

9

13
 ◆6～8カ月児健診(R 5. 8月生)、BCG予防接種 里
 ☑紙類・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町
 ☑紙類/宮守町宮守4区(大平)、達曽部、鱒沢1区(旧1区)、2区(旧5区)、3区

14
 ◆2歳児歯科相談(R 4.3月生)里
 ●行政相談 市10:00～
 ☑紙類・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
 ☑プラ製容器包装/宮守町宮守4区(大平)、鱒沢

15
 ◆3歳児歯科相談(R 3.3月生)里
 ●心配ごと相談(弁護士)10:00～
 ☑ペットボトル・飲料缶/遠野町①、附馬牛町
 ☑プラ製容器包装/宮守町宮守1区(旧2区)、3区、4区(大平除く)、5区

16

20 ☆春分の日
 ●心配ごと相談 市10:00～
 ☑ペットボトル・飲料缶/遠野町②、青笹町、宮守町宮守4区(大平)、達曽部、鱒沢1区(旧1区)、2区(旧5区)、3区

21
 ◆1歳6カ月児健診(R 4. 7.21～8月生)里
 ●行政相談 本13:00～
 ☑ペットボトル・飲料缶/土淵町、上郷町

22
 ◆妊婦教室 市10:00～
 ☑びん・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町
 ☑プラ製容器包装/宮守町宮守1区(旧1区)、2区、達曽部

23

27 ◆3歳6カ月児健診(R 2.8.16～9月生)里
 ●消費者救済資金融資相談(予約制)市13:00～
 ☑びん・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町
 ☑びん類/宮守町宮守4区(大平)、達曽部、鱒沢1区(旧1区)、2区(旧5区)、3区

28 ☆いわて減塩の日
 ●弁護士無料法律相談(予約制)市10:00～
 ☑びん・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
 ☑プラ製容器包装/宮守町宮守4区(大平)、鱒沢

29

30

3
 ●傾聴サロンと10:30～
 ☑もえないごみ・粗大ごみ/遠野町②、青笹町、宮守町宮守1区(旧2区)、宮守町宮守②、4区(笠平・雪谷沢・関谷)、5区

4
 ●花巻年金事務所出張相談(予約制)本10:30～
 ☑もえないごみ・粗大ごみ/土淵町、上郷町、宮守町宮守1区(旧1区)、2区、達曽部

遠野テレビ【番組案内】 ■問い合わせ 遠野テレビ(☎63-1711)

★第40回遠野昔ばなし祭り(11ch)

前編 3月23日・24日 ▷13時～、20時～

後編 3月30日・31日 ▷13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

問い合わせ

●各種健診・予防接種・健康相談・各種教室

問 市健康福祉の里保健医療課(☎68-3186)または宮守総合支所(☎67-2111)

●弁護士無料法律相談

●多重債務弁護士無料相談

●交通事故巡回相談(いずれも予約制)

問 遠野市消費生活センター(☎62-6318)

●傾聴サロン

問 市健康福祉の里福祉課(☎68-3193)

●行政相談

問 市総務企画部経営企画課(☎62-2111内線216)

●人権相談

問 盛岡地方方法務局花巻支局(☎0198-24-8311)

●登記相談会(予約制)

問 盛岡地方方法務局花巻支局(☎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務所(☎0197-61-0133)

●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)

●心配ごと相談・無料弁護士相談

問 遠野市社会福祉協議会(☎62-8459)