3月

子育て・健康・暮らしのカレンダー

■凡例
- 💉…休日当番医
- 💊…休日当番薬局
- 🍼…乳幼児対象の健診など
- 👶…子育て支援センター行事
- ♥…健康相談・検査・献血
- 💬…暮らしの相談
- ▲…アンバーホールイベント
- ♥…介護・福祉の仕事相談
- ❗…観光イベントなど
- 予…要予約

今月の元気ちゃん
1年生になったらお勉強することが楽しみです。
北村 遼翔（はるとと）
（5歳・門前保育園）

3 (日) 💉おおさわ内科・胃腸科医院 Tel61-3033 💊ホソタ薬局 Tel53-1193 💊みどり薬局 Tel61-3911	**4** (月) ♥介護・福祉の仕事相談予 ❗ラジオくじぃくじ～く	**5** (火) 🍼そだちとことばの相談予	**6** (水) 💬法律相談予 👶赤ちゃんサロン予 ♥産業保健センター健康相談予 ♥介護・福祉の仕事相談予	**7** (木) 🍼3歳児健診 ¥年金相談予 ♥介護・福祉の仕事相談予
10 (日) 💉金子クリニック Tel61-1005 💊アサヒ薬局久慈店 Tel75-3322 💊サンケア薬局県立久慈病院前店 Tel61-1888	**11** (月) 👶リフレッシュ講座予 ♥介護・福祉の仕事相談予 ❗ラジオくじぃくじ～く	**12** (火) 💬法律相談予 ♥エイズ、肝炎ウイルス、性器クラミジア、梅毒、HTLV-1検査・相談予 ♥骨髄バンク登録予	**13** (水) 👶うさこちゃんの部屋予 💬人権相談	**14** (木) 💬行政相談 ♥オレンジカフェ「こはく」
17 (日) 💉関上こどもクリニック Tel75-3722 💊菊屋薬局 Tel53-3022 💊キング薬局 Tel61-1360	**18** (月) ♥介護・福祉の仕事相談予 ❗ラジオくじぃくじ～く ♥ひきこもりがちな若者やその家族の集いの場	**19** (火) 💬行政相談	**20** (水) 💉久慈恵愛病院 Tel52-2311 💊みどり薬局 Tel61-3911 ♥全血献血	**21** (木) 💬法律相談予 ¥年金相談予 🍼マタニティサロンゆるり予 ♥お酒のお悩み相談 ♥全血献血
24 (日) 💉しろと内科循環器科クリニック Tel61-3330 💊及川薬局田屋町店 Tel61-3010 💊サンケア薬局県立久慈病院前店 Tel61-1888	**25** (月) ♥介護・福祉の仕事相談予 ❗ラジオくじぃくじ～く	**26** (火)	**27** (水)	**28** (木) 💬多重債務者弁護士相談予 ♥てとりんカフェ・オレンジ
31 (日) 💉北リアス病院 Tel53-2323 💊キング薬局 Tel61-1360				

1 (金) 👶季節のあそび予 ♥こころの相談（傾聴）	**2** (土)		
8 (金) ♥全血献血 ♥こころの相談（傾聴）	**9** (土) ♥全血献血		
15 (金) ♥こころの相談（傾聴） 🍼1歳児相談、🍼4～5カ月児相談、🍼1歳6カ月児健診、🍼6カ月児健診 ♥こころの健康相談予	**16** (土)		
22 (金) 👶あそびの教室 ♥こころの相談（傾聴）	**23** (土)		
29 (金) ♥こころの相談（傾聴）	**30** (土)		

久慈市 ふるさと元気隊 くじぃくじ～く ちょぺっと

久慈市の魅力を紹介するエフエム岩手のラジオ番組です。毎週月曜日12時45分～12時55分に放送しています。

税などの納期

◇国民健康保険税（8期）
◇後期高齢者医療保険料（8期）
▶**納付期限**…2月29日(木)

乳幼児健診・相談

会場元気の泉　問子育て世代包括支援センター　Tel66-8288

名称	期日	受付時間	対象
そだちとことばの相談	5日(火)	10:30～16:00	幼児
＊予約制。まずはお電話ください			
3歳児健診	7日(木)	12:40～13:20	令和2年9月生まれ
＊事前に自宅で行う目と耳の検査があります			
1歳児相談	15日(金)	8:45～	令和5年3月生まれ
＊個別に通知します。歯ブラシ、バスタオル持参			
4～5カ月児相談	15日(金)	9:00～9:15	令和5年10月生まれ
＊バスタオル持参			
1歳6カ月児健診	15日(金)	13:00～13:20	令和4年8月生まれ
＊幼児フッ素塗布を行います。歯磨きをしてきてください（歯ブラシ、バスタオル持参）			
6カ月児健診	15日(金)	13:30～13:50	令和5年8月生まれ
＊絵本をプレゼントします。バスタオル持参			
マタニティサロンゆるり	21日(木)	13:00～13:20	
＊希望の人はお電話ください　会場…子育て支援センター			

■**乳幼児健診・相談を受ける皆さんへ**
健診・相談は、中止の場合通知します。▶健診日の1週間以内に37.5℃以上の発熱やせきなどがある場合は受診の延期をお願いします。▶1カ月・3～4カ月・9～11カ月児健診は、母子健康手帳と赤ちゃん手帳の受診票を持参し、指定医療機関で受診してください。

子育て応援だより

会場／問 子育て支援センター　Tel52-3210

■**利用対象**…未就学児と保護者
■**利用料**…無料
■**開館時間**…8時30分～17時
（土曜日：8時30分～12時）
■**休館日**…土曜日の午後、日・祝日

行事の紹介

季節のあそび「ひなまつり」
歌や制作あそびを楽しもう！！

行事名	日時
季節のあそび「ひなまつり」（要申込） 対象：3カ月～未就学児の親子20組	1日(金) 10:00～11:00
赤ちゃんサロン「親子ヨガ」（要申込） 対象：3カ月～1歳3カ月までの赤ちゃんと保護者15組	6日(水) 13:30～15:00
リフレッシュ講座「ホッとタイム」（要申込） 対象：乳幼児の保護者8人（託児8人）	11日(月) 10:00～11:00
うさこちゃんの部屋（要申込） 対象：3カ月～未就学児の親子15組	13日(水) 11:00～11:20
あそびの教室 対象：対象児が決まっています。自由来所はできません	22日(金) 終日

妊娠届・母子健康手帳・赤ちゃん手帳の交付

子育て世代包括支援センター　Tel 66-8288

妊娠届・母子健康手帳、出生後の赤ちゃん手帳（健康診査・予防接種票）の交付は予約制です。※当日予約可能
▶**交付時間**…平日9時～16時▶**予約受付時間**…平日8時30分～17時15分

健康相談・検査

名称	会場	日時	
オレンジカフェ「こはく」 高齢者、認知症が心配な人、その家族も立ち寄れる場所（Tel61-3933）	こはくのまちの保健室（しあわせSUN）	14日(木)	10:00～15:00
こころの相談 対面相談や電話相談を受け付けています（Tel75-3790）	サロンたぐきり	金曜日	13:00～15:00
てとりんカフェ・オレンジ 相談員が認知症の人や家族の悩みなどを一緒に考えます（Tel66-8011）	元気てらす縁	28日(木)	13:00～15:00
全血献血	久慈市防災センター	8日(金)	10:45～13:00
	ファミリーマート久慈北インター店	9日(土)	9:30～12:00
			13:30～16:00
	久慈ショッピングセンター	20日(水)	10:45～13:00
			14:30～16:30
	久慈市役所	21日(木)	13:30～16:00
産業保健センター個別健康相談 ＊要予約（二戸・久慈地域産業保健センターTel53-0114）	久慈医師会（市役所分庁舎2階）	6日(水)	完全予約制
こころとからだの相談 対面相談や電話相談を受け付けています（Tel53-3652）	こころとからだの相談センター	平日	9:00～12:00

会場久慈保健所（久慈地区合同庁舎）　問久慈保健所　Tel53-4987

エイズ、肝炎ウイルス、性器クラミジア、梅毒、HTLV-1検査・相談（要予約）	12日(火)	14:00～16:00
骨髄バンク登録（要予約）	12日(火)	14:00～16:00
こころの健康相談（2日前までに予約）	15日(金)	13:30～
ひきこもりがちな若者やその家族の集いの場	18日(月)	14:00～15:30
お酒のお悩み相談	21日(木)	10:00～11:30

年金相談（要予約）

会場アンバーホール
問二戸年金事務所　Tel0195-23-4111

日時…7日(木)、21日(木)　10:30～16:00
＊予約の際は、年金番号のわかるものをご用意ください

介護・福祉の仕事相談（要予約）

問岩手県福祉人材センター　Tel080-1651-6203

会場	総合福祉センター	ハローワーク久慈	久慈市勤労青少年ホーム
日時	毎週月曜 9:00～16:00	6日(水) 9:30～11:00	7日(木) 10:00～11:00

暮らしの相談

会場消費生活センター（市役所庁舎 東側）

○**要予約**（予約生活環境課 Tel54-8003）

名称	日時	相談員
法律相談 ＊予約は当日8時30分から	6日(水) 10:30～15:30	齊藤 拓弁護士
	12日(火) 10:30～15:30	工藤 光機弁護士
	21日(木) 10:30～15:30	山﨑 哲雄弁護士

○**要予約**（予約消費生活センター Tel54-8004）

名称	日時	相談員
多重債務者弁護士無料相談	28日(木) 10:00～15:00	岩手弁護士会所属弁護士

○**予約不要**（問生活環境課 Tel54-8003）

名称	日時	相談員
人権相談	13日(水) 13:30～16:00	米沢 玲子委員
行政相談	19日(火) 13:30～16:00	大矢内利男委員