

＼たばこをやめたいあなたへ／ 卒煙アシスト講座

喫煙は新型コロナウイルス感染症重症化の要因の一つ。コロナが流行している今、自分と周りの人の健康を守るために卒煙について考えてみませんか？

■とき…9月10日(金)18時30分～20時15分（受け付けは18時から）

■ところ…hoKko 1階けんしんホール

■内容…①講義「楽々卒煙の手引き～新型コロナ感染症とも絡めた最近の話題～」 坂の上野田村太志クリニック 院長 田村 太志氏
②講義「歯医者さんから始まる卒煙への道」 あや歯科医院 院長 高橋 綾氏

■対象…20歳以上の市民または市内在勤の人

■定員・受講料…20人（家族も参加可）・無料

■申し込み…9月3日(金)までに電話（☎72-8296）で健康づくり課へ

＼1～3歳向け歯科指導／ ぴかぴか教室-はみがきコース-

子どもの虫歯や歯肉炎など、歯と口の健康を守るための教室を開催します。

- とき…8月19日(木)9時30分～11時
- ところ…保健・子育て支援複合施設hoKko 2階こどもけんしんルーム1
- 内容…歯みがきの練習と栄養相談（歯ブラシのプレゼント付き）
- 対象…1～3歳児とその保護者
- 定員…5組（先着順）
- 参加料…無料
- 申し込み…8月10日(火)までに電話（☎72-8295）で健康づくり課へ



新型コロナワクチン接種 スケジュールなどのお知らせ

■スケジュール

対象	予約開始時期	想定接種時期
75歳以上の人 (付き添いの65歳以上の人も接種可)	予約受付中	実施中
65歳以上の人	予約受付中	実施中
60～64歳	予約受付中	8月以降
55～59歳	7月30日	9月以降
上記以外の人	調整中	9月以降

■接種方法…完全予約制

■接種費用…無料

■予約方法…インターネット予約サイト
または予約・問い合わせコールセンター
(☎0120-107-935)から

※最新情報やその他詳細は、市のホームページをご覧ください。

■問い合わせ…新型コロナワクチン接種プロジェクト・チーム☎72-8340



予約サイト



関連ページ

かしこく歳を 重ねるための豆知識

くらし・健康づくりに役立つ情報をお届けします！

問)長寿介護課☎ 72-8221



「わたしのきぼうノート」で 元気なうちから人生の心づもりを

自分らしく人生を最期まで生きるために、「これから何を大切にして、どのように生きていきたいか」、「人生の最期をどのように迎えたいか」などを事前に考えたり、家族や身近な人たちと話し合ったりしている人が増えています。

病気・老い・障がいなど、人生におけるさまざまな場面で納得のいく選択をするため、その前提である自分らしい人生を考えるきっかけとなるよう、平成30年12月に「わたしのきぼうノート」を発行しました。以来、利用部数は5,000冊を超えてています。

「エンディングノートよりも書きやすい」、「息子の帰省に合わせて話し合いたい」、「親と一緒に書いて親のことを知りたい」など活用した人の声はいろいろです。

「わたしのきぼうノート」は同課で配布しているほか、市のホームページからもダウンロードできます。



わたしのきぼうノート

検索

休日当番医(9時～17時)

月日	当 番 医	
7月25日 (日)	ちとせ医院 大通り二丁目1-22	きたかみ皮膚科スキンケアクリニック 大曲町1-2 ☎64-6003
8月1日 (日)	小豆嶋胃腸科内科クリニック 本通り四丁目13-6	安部医院 大通り一丁目11-23 ☎64-2927
8月8日 (日・祝)	やご内科・循環器クリニック 上野町五丁目5	斎藤医院 川岸三丁目21-38 ☎64-0021
8月9日 (月・振休)	及川脳神経内科クリニック 立花10-28-1	小野寺こども医院 村崎野15-354-2 ☎81-6660
8月15日 (日)	しゅういちろう内科クリニック 村崎野17-167-3	大内眼科クリニック 柳原町四丁目17-39 ☎64-0100
8月22日 (日)	坂の上野田村太志クリニック 上野町四丁目2-15	斎藤産婦人科医院 諫訪町二丁目6-37 ☎64-2136
8月29日 (日)	日高見中央クリニック 北鬼柳22-46	前田皮膚科医院 新穀町二丁目1-17 ☎64-0770

休日当番薬局(9時～17時)

月日	薬 局	
7月25日 (日)	さくら調剤薬局 若宮町二丁目2-39	とちのき薬局 大通り三丁目8-12 ☎61-3886
	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171	△
8月1日 (日)	いづみ薬局 青柳町一丁目5-10	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545
8月8日 (日・祝)	とんぼ薬局 上野町五丁目1-14	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976
8月9日 (月・振休)	さわやか薬局 立花10-48-7	あい薬局村崎野店 村崎野15-354-3 ☎71-1101
	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277
8月15日 (日)	おおぞら薬局 柳原町四丁目15-29	サンケア薬局県立中部病院前店 村崎野17-167-1 ☎62-3331
8月22日 (日)	まごころ薬局 上野町四丁目3-22	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545
8月29日 (日)	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11	あかり薬局新穀町店 新穀町二丁目3-26 ☎72-8806
	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1	△

日曜日当番整骨院(9時～17時)

月日	施 術 所
7月25日 (日)	佐藤整骨院 大通り一丁目6-8 ☎63-3725
8月1日 (日)	きくち整骨院 村崎野24-20-16 ☎66-5321
8月8日 (日・祝)	土川整骨院 上江釣子19-61 ☎77-3239
8月15日 (日)	高橋整骨院 下江釣子11-53-1 ☎73-5170
8月22日 (日)	大和接骨院 常盤台一丁目20-1 ☎63-8611

休日当番歯科(9時～12時)

月日	歯 科
8月15日 (日)	かじまち小原歯科医院 鍛冶町二丁目13-20 ☎63-4058

※第3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。

発熱がある場合は、事前に電話相談のうえ受診してください。
休日当番医などは変更になることがあります。保険証を忘れずに持参してください。

こども救急電話相談実施中

岩手県医師会が運営する夜間のお子さんの病気や応急処置についての相談窓口です。看護師がアドバイスします。

#8000または☎019-605-9000(年中無休 19時～23時)

お盆期間中の医療機関開院予定表

診療機関名	診 = 診療日		当 = 休日当番医		休 = 休診日		▲ = 午後休み	
	8/7 (土)	8/8 (日・祝) (月・振休)	8/9	8/10 (火)	8/11 (水)	8/12 (木)	8/13 (金)	8/14 (土)
いしかわ内科クリニック	▲			診	▲	診		
いとう内科胃腸科医院	▲			診	▲	診		
及川脳神経内科クリニック	▲		当	▲	診	診		
黄木医院	▲			診				
かさい睡眠呼吸器クリニック	▲			診	▲	診		
北上駅前いとう心療内科医院	▲			診	診			
きたかみ駅前内科クリニック	▲				診	診	▲	
坂の上野田村太志クリニック	▲			診				
さくらの内科クリニック	▲			診	▲	▲		
柴田医院	▲			診	診			
しゅういちろう内科クリニック	▲						当	
小豆嶋胃腸科内科クリニック	▲			診	▲	診		
すがい胃腸科内科クリニック	▲			診	▲	診		
田郷医院	▲							
ちとせ医院	▲			診	▲			
中島医院	▲			診	▲	診		
なるいクリニック	診			診				
日高見中央クリニック	診		診	診	診			
みなみ内科クリニック	▲			診	診			
むらさきのクリニック	▲			診	▲	診		
室岡医院	▲			診	診	▲		
茂木内科医院	▲			診	診			
やご内科・循環器クリニック	▲	当		診	▲	診		
芳野内科医院	▲							
立正堂医院	▲			診	診	▲		
いとう小児科クリニック	▲			診	診			
小野寺こども医院	診	当		診	診			
とどり小児科医院	診	診					診	診
根本小児科医院	▲			診	▲		▲	
ひらのこどもクリニック	▲			診				
安部医院	▲			診	診	▲		
斎藤医院	▲	当		診	診			
千田クリニック	▲			診	診	▲		
大内整形外科医院	▲			診	診	診		
菅整形外科医院	▲			診	▲	診		
齊藤整形外科	▲			診	診	▲		
よした整形外科クリニック	▲			診	診			
いわぶち脳神経クリニック	▲			診	診			
松浦脳神経外科	▲			診	診	▲		
わたなべ脳神経外科クリニック	▲							
きたかみ腎クリニック	▲			診	診	▲		
たまだ江釣子クリニック	▲			診	▲	診	診	
大内眼科クリニック	診			診	診	▲		当
小島眼科	診							
藤田眼科医院	診			診	診	診		
斎藤産婦人科医院	▲			診	診	▲	診	▲
佐藤産婦人科小児科医院	▲			診	診	▲		
さやかクリニック	▲							
ささもり耳鼻咽喉科医院	▲							
みずかわ耳鼻咽喉科医院	▲			診	▲	診		
きたかみ皮膚科スキンケアクリニック	▲			診	診	診		
前田皮膚科クリニック	▲			診	診			
みやもと皮ふ科クリニック	診			診	診	診		
花北病院				▲	▲			
岩手県立中部病院				診	診	診		
北上済生会病院				診	診	診	診	