

広報暮らしのカレンダー

お詫びと訂正

広報 11月号の「広報暮らしのカレンダー」

に誤りがありました。お詫びして訂正します。

正 日 11/29、日 11/30

誤 日 11/30、日 11/31

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
12/27	28 ♥眼科診療 ◎消費生活出張相談 ◎メンタルヘルス相談	29	30	31	1/1	2
※役場閉庁 (12月29日～1月3日まで)						
3	4 ♥眼科診療 ◎消費生活相談	5	6 ♥整形外科診療 ◎多重債務弁護士相談	7 広報発行日 (お知らせ版) 区長配布 ♥循環器内科診療 ♥婦人科診療	8 ♣ぴよぴよ	9 ♥土曜診療
10	11 ◎DV相談	12 ◎消費生活出張相談 ◎人権相談	13 ♥整形外科診療 ◎暮らしとお金の安心相談	14 ♥循環器内科診療 ♥神経内科診療	15 ♣とことこ	16
17	18 ♥眼科診療 ◎消費生活相談	19 ●乳児健診 ◎多重債務弁護士相談	20 ♥整形外科診療 ●1歳6カ月児健診	21 広報発行日 (1月号) 区長配布 ♥循環器内科診療	22 ♣ぴよぴよ	23 ♥土曜診療
24	25 ♥眼科診療 ◎消費生活出張相談 ◎メンタルヘルス相談	26 ●3歳6カ月児健診	27 ♥整形外科診療	28 ♥循環器内科診療 ♥神経内科診療 ♥婦人科診療 ◎行政相談 (三ヶ尻)	29	30
31	2/1 ♥眼科診療 ◎消費生活相談	2	3 ♥整形外科診療 ◎多重債務弁護士相談	4 広報発行日 (お知らせ版) 区長配布 ♥循環器内科診療 ♥婦人科診療 ●BCG予防接種	5 ♣ぴよぴよ	6

◎各種相談

◎行政相談 〇 総務課 (内線 2313)

■時間・場所 10:00～12:00・地区生涯教育センター

◎人権相談 〇 住民課 (内線 2127)

■時間・場所 13:00～16:00・福祉センター

◎消費生活相談 (相談日前週の〇までに予約)

■時間・場所 10:00～15:00・中央生涯教育センター

■予約先・〇 住民課 (内線 2121)

◎消費生活出張相談 (相談日前週の〇までに予約)

■時間・場所 10:00～14:30・役場会議室

■相談員 奥州市相談員

■予約先・〇 住民課 (内線 2121)

◎DV相談 (相談日前週の〇までに予約)

■時間・場所 10:00～15:00・中央生涯教育センター

■予約先・〇 中央生涯教育センター (☎ 44-3123)

◎暮らしとお金の安心相談 (相談日前週の〇までに予約)

■時間・場所 10:00～16:00・役場会議室

■予約先・〇 住民課 (内線 2121)

◎多重債務弁護士無料相談 (要予約)

■時間・場所 10:00～15:00・奥州市役所

■予約先・〇 奥州市役所 (☎ 34-2915)

◎メンタルヘルス相談

■時間・場所 9:00～17:00・保健センター

〇 保健福祉センター (☎ 44-4560)

♥各種診療 〇 金ヶ崎診療所 (☎ 44-2121)

♥婦人科診療 ▶受付: 8:30～11:30

♥神経内科診療 ▶受付: 13:30～16:00

♥眼科診療 (予約制) ▶受付: 13:30～16:30

♥整形外科診療 (予約制) ▶受付: 8:30～11:30

♥循環器内科診療 (予約制) ▶受付: 8:30～11:30

♥土曜診療 (内科) ▶受付: 8:30～11:30

▶就学時健診 〇 教育委員会事務局 (内線 2242)

■時間・場所 13:00～・文化体育館 (受付時間 12:20～12:40)

♣オープンデイ

〇 町子育て支援センター (☎ 44-3365)

■時間・場所 10:00～11:30・子育て支援センター

■対象 ▶ぴよぴよ…0歳児親子 ▶とことこ…

1歳児親子 ▶ぴよぴよ…2・3歳児親子

認知症を知ろう！

認知症啓発企画 vol.5

〇 地域包括支援センター (☎ 44-4560)

認知症は、加齢と密接な関係があり誰にでも起こりうる身近な病気です。最終回は、お口の健康と認知症の関係について紹介します。

お口の機能が衰えると…

食べる機能、話す機能、呼吸する機能、表情を表す機能、脳を活性化する機能が低下

嚥下 (のみ込む) 障害、低栄養、コミュニケーション低下、閉じこもり、肺炎、認知症などの症状を引き起こします。

栄養面への影響

- ・食欲の減退
- ・食量の減少 (低栄養) など

社会生活への影響

- ・コミュニケーションの減少
- ・閉じこもりなど

身体への影響

- ・筋肉量の減少
- ・転倒、骨折など

心への影響

- ・認知症
- ・うつ病など

▶奥州金ヶ崎休日診療所

■場所 奥州医師会館 (奥州市水沢多賀 21-1)

■診療時間 8:30～16:00

〇 診療日▶奥州医師会館 (☎ 25-3935)

診療日以外▶奥州金ヶ崎行政事務組合 (☎ 24-5821)

【1月の当番医】

1日 日 佐藤英俊先生 (佐藤クリニック) / 2日 日 清水良明先生 (レディースクリニック清水医院) / 3日 日 菅原久江先生 (水沢キッズクリニック) / 10日 日 今野譲二先生 (今野脳神経外科内科医院) 11日 日 佐々木喜教先生 (水沢みなみ皮フ科) / 17日 日 佐藤清紀先生 (さとう内科クリニック) / 24日 日 佐藤信幸先生 (さとう整形外科・リウマチ科クリニック) / 31日 日 有住朋子先生 (ありすみ内科クリニック) ※受診前に必

口腔機能の維持・向上のためにできること

・嚥下体操 (舌やお口周り、首などの筋肉を使う体操)、唾液腺マッサージ (唾液の分泌を促すために、唾液腺を刺激するマッサージ) などに取り組み口腔機能向上を目指しましょう。

・食事の後の歯磨きを行い、健康な口腔環境の維持に取り組みましょう。

・お口のトラブルを早期発見するために歯科受診や歯科検診を受け、定期的に診てもらいましょう。

認知症は、誰にでも起こりうる身近な病気ですが、完治する薬や治療法はいまだにありません。しかし、日頃の健康管理や生活習慣の改善が認知症予防につながる事が分かっています。

認知症を過剰に恐れるのではなく、認知症を知り正しく理解することで認知症の発症・進行を遅らせ (予防)、発症後も希望を持って日常生活を過ごせるような社会を目指し (共生)、自分たちができる事を少しずつ進めていきましょう。

ず電話連絡してください (☎ 25-3935)。奥州市・金ヶ崎町内の感染状況によっては休日・夜間診療所を休診する場合があります。休診となる際は、奥州金ヶ崎行政事務組合のホームページ等でお知らせします (12月11日時点)。

●母子保健等日程 〇 子育て支援課 (☎ 44-4611)

事業名	月日	場所	受付時間
母子健康手帳交付・妊婦相談	毎週(月) ※祝祭日は除く	子育て支援課	13:00～17:00
乳児健診	1月19日(火)	保健センター	※個別に案内
1歳6カ月児健診	1月20日(水)	保健センター	※個別に案内
3歳6カ月児健診	1月26日(火)	保健センター	※個別に案内

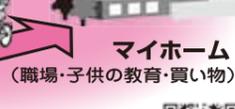
これからのシニアに「通勤農業」生活!のススメ

当社がおススメする持続可能な農業スタイル。実家が山間部にあつて営農は引き継いだけど、孫の塾、教育問題、将来高齢になったら車を使わずに生活したい、などなど。先祖代々の営農にまつわる悩みを「通勤農業」で一発解決!

実家 (田・畑)



マイホーム (職場・子供の教育・買い物)



当社分譲地をご購入して「通勤農業」される方には土地代金から(年齢×1万円)をキャッシュバックいたします。

お問い合わせ

有限会社 金ヶ崎不動産 TEL 0197(41)1001

金ヶ崎町西根東地蔵野23-5セントラル・コート1F TEL0197(41)1001 FAX0197(41)1002



住み良い空間をintechがお手伝い

■リフォーム工事 ■内装工事(クロス・床)
■各種カーテン工事(ロールスクリーン・ブラインド)

Total interior design

(株)intech

〒029-4503 岩手県胆沢郡金ヶ崎町西根町裏 47-2
TEL 0197-42-4025
FAX 0197-42-5228

intech4025@outlook.jp
intech-iwate.co.jp

お気軽におたずねください。