

矢板市休日当番医

当番 = 9:00~12:00  
14:00~17:00  
当番 = 17:00~19:00

塩谷地区夜間診療室

夜間 = 18:30~21:00  
※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関により異なりますので、必ず電話でご確認の上、受診してください。

延長窓口 = 市役所窓口延長日

~19:00  
市民課 ☎(43) 1117  
税務課 ☎(43) 1115

法律 = 弁護士無料法律相談

時間/9:00~12:00  
対象/市内在住・在勤の方

心配 = 心配ごと相談

時間/9:00~12:00  
後見 = 成年後見相談

時間/10:00~12:00  
※奇数月のみ行います。

場所/きずな館  
予約・問合せ/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

多重債務者相談・消費生活相談

時間/月~金曜日(祝日を除く)  
9:00~12:00  
13:00~16:00  
場所/市消費生活センター(くらし安全環境課内)  
予約・問合せ/くらし安全環境課 ☎(43) 3621

心の健康 = 心の健康相談

時間/13:30~15:30(偶数月)  
14:30~16:30(奇数月)  
場所・問合せ/(県塩谷庁舎内) 県矢板健康福祉センター ☎(44) 1297

自動交付機ご利用時間

平日 8:30~18:30  
土・日・祝日 8:30~17:00  
窓口延長日 8:30~19:00  
問合せ/市民課 ☎(43) 1117

予…要予約

日	月	火	水
1	2 <small>休 図書館・城の湯</small>	3	4 <small>延長窓口</small>
当番 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	百歳健康教室 時間/10:00~11:00 ATM 健康体操 予 時間/10:00~12:00	当番 村井医院 ☎(43) 0064 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	ハワイアダンス 予 時間/10:00~12:00
8	9 <small>休 図書館</small>	10	11 <small>延長窓口</small>
当番 村井胃腸科外科クリニック ☎(40) 3055 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	絵手紙 時間/10:00~12:00 ATM 健康体操 予 時間/10:00~12:00	人権相談 時間/9:30~12:00 場所/保健福祉センター2階会議室 問合せ/総務課 ☎(43) 1113 詩舞 予 時間/10:00~12:00 小物作り(鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	介護相談会 予 時間/10:00~16:00 *利用料不要
15	16 <small>休 図書館・城の湯</small>	17 <small>心配</small>	18 <small>延長窓口 後見</small>
当番 佐藤病院 ☎(43) 0758 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	百歳健康教室 時間/10:00~11:00 ATM 健康体操 予 時間/10:00~12:00	行政相談 時間/9:00~12:00 場所/きずな館 問合せ/秘書広報課 ☎(43) 3764 詩舞 予 時間/10:00~12:00 小物作り(鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	健康相談 時間/10:00~12:00 ハワイアダンス 予 時間/10:00~12:00
22	23	24 <small>心配 心の健康</small>	25 <small>延長窓口</small>
当番 上田医院 ☎(43) 7766 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	当番 谷仲医院 ☎(48) 0800 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	詩舞 予 時間/10:00~12:00 小物作り(鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	かんたん料理 予 時間/10:00~13:00
29	30 <small>心配 心の健康</small>	認知機能簡易検査 高齢対策課 ☎(43) 3896	
当番 後藤医院 ☎(44) 2323 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	健康栄養相談 予 時間/9:00~12:00 13:00~16:00 場所/保健福祉センター 費用/無料 予約・問合せ/健康増進課 ☎(43) 1118 楽しい折り紙 時間/10:00~12:00 ATM 健康体操 予 時間/10:00~12:00	実施日 時間帯 場所 対象地区 11月24日(火) 午前 保健福祉センター 中 午後 検査料金/無料 対象/おおむね60歳以上の方 *検査の所要時間は約20分です。 ※11月6日(金)までに、電話でお申し込みください。 ※他地区の方で検査をご希望の方はご相談ください。	

木	金	土
5	6	7 <small>矢板時間 12:00~16:40M</small>
音楽ではつらつ 予 時間/10:00~12:00 地域交流会 予 時間/13:30~16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	詩舞 予 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予 時間/13:30~16:00 小学生以上~
12	13	14 <small>矢板時間 12:00~16:40M</small>
絵手紙 予 時間/10:00~12:00 やさしい手話教室 予 時間/14:00~16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	切り紙遊び(世代間交流) 予 時間/10:00~11:30 ※小学生無料 対象/小学生・65歳以上の方 計10名 詩舞 予 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予 時間/13:30~16:00 小学生以上~
19	20 <small>法律</small>	21 <small>矢板時間 12:00~16:40M</small>
特別ケア体操 予 時間/10:00~12:00 コカリナ 予 時間/13:00~16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	詩舞 予 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予 時間/13:30~16:00 小学生以上~
26	27	28 <small>矢板時間 12:00~16:40M</small>
絵手紙 予 時間/10:00~12:00 戸外活動(紅葉狩り) 予 時間/10:00~16:00 費用/2,000円程度 定員/10人 やさしい手話教室 予 時間/14:00~16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	卓上ホッケー(世代間交流) 予 時間/10:00~11:30 ※小学生無料 対象/小学生・65歳以上の方 計10名 詩舞 予 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予 時間/13:30~16:00 小学生以上~
新型コロナウイルス感染症予防 対策に伴う、イベント・行事 などの中止・変更について 新型コロナウイルスの流行 状況により、イベント・行事 などが中止または変更になる ことがあります。 開催の有無など、詳しくは、 各主催者までお問い合わせく ださい。		まちなか保健室 <small>健康増進課 ☎(43) 1118</small>
木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771 対象/市内在住でおおむね65歳以上の方 休館日/日曜日および祝日・休日 開館時間/9:00~16:00 利用料/1日100円 設備/輪投げ、囲碁、将棋、ルームランナー、卓球、血圧計 そのほかの講座/ ラージボール卓球(月・水・金 13:30~16:00) ※1 CDやDVDをご持参ください。 ※講座参加には、利用料のほか別途費用がかかる場合があります。		泉はつらつ館 ☎(43) 2231 対象/市内在住でおおむね65歳以上の方 休館日/日曜日および祝日・休日 開館時間/9:00~12:00(月~金) 9:00~16:00(土) 利用料/1日100円 設備/輪投げ、囲碁、将棋、カラオケ、卓球など そのほかの講座/ ラージボール卓球(火・木 9:00~12:00) グラウンド・ゴルフ(月~金 9:00~12:00) ※講座参加には、利用料のほか別途費用がかかる場合があります。