

日	月	火	水															
<b>医療機関からのお願い</b> 休日当番医を利用する際、発熱や風邪の症状がある方は、受診前に必ず電話でご相談ください。 感染症予防のため、直接の来院はお控えくださいますようお願いいたします。		<b>1</b> 休 城の湯 心配 <b>行政相談</b> 時間/9:00~12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り (鉤編み、クラフト他) 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>2</b> 延長窓口 <b>ハワイアンダンス 予</b> 時間/10:00~12:00															
<b>6</b> <b>当番</b> かるべ皮膚科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間</b> 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:00	<b>7</b> 休 図書館・城の湯 <b>百歳健康教室</b> 時間/10:00~11:00 <b>ATM 健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>8</b> <b>人権相談</b> 時間/9:30~12:00 場所/保健福祉センター2階会議室 問合/総務課 ☎(43) 1113 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り (鉤編み、クラフト他) 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>9</b> まちなか 延長窓口 <b>介護相談会 予</b> 時間/10:00~16:00 *利用料不要															
<b>13</b> <b>当番</b> なかしまクリニック ☎(48) 7701 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間</b> 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:00	<b>14</b> まちなか 休 図書館・城の湯 <b>絵手紙</b> 時間/10:00~12:00 <b>ATM 健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>15</b> 休 城の湯 心配 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り (鉤編み、クラフト他) 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>16</b> 延長窓口 <b>健康相談</b> 時間/10:00~12:00 <b>ハワイアンダンス 予</b> 時間/10:00~12:00															
<b>20</b> <b>当番</b> 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間</b> 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:00	<b>21</b> まちなか 休 図書館・城の湯 <b>健康栄養相談 予</b> 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/健康増進課 ☎(43) 1118 <b>百歳健康教室</b> 時間/10:00~11:00 <b>ATM 健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>22</b> 心配 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り (鉤編み、クラフト他) 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>23</b> 延長窓口 <b>かんたん料理 予</b> 時間/10:00~13:00															
<b>27</b> <b>当番</b> 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間</b> 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:00	<b>28</b> 休 図書館・城の湯 <b>ATM 健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>29</b> 休 図書館 <b>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155</b> 18:30~21:00	<b>30</b> 休 図書館 <b>当番</b> 池田クリニック ☎(43) 0207 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155</b> 18:30~21:00															
<b>1/3</b> 休 図書館 <b>当番</b> 上田医院 ☎(43) 7766 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間</b> 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:00	<b>新型コロナウイルス感染予防対策に伴う、イベント・行事などの中止・変更について</b> 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。	<b>まちなか保健室</b> 健康増進課 ☎(43) 1118 <table border="1"> <thead> <tr> <th>日時</th> <th>場所</th> <th>備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9日(水)</td> <td>9:00~17:00</td> <td>健康増進課窓口</td> </tr> <tr> <td>14日(月)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>19日(土)</td> <td>14:00~16:00</td> <td>保健福祉センター</td> </tr> <tr> <td>21日(月)</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	日時	場所	備考	9日(水)	9:00~17:00	健康増進課窓口	14日(月)			19日(土)	14:00~16:00	保健福祉センター	21日(月)			<b>木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771</b> 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。
日時	場所	備考																
9日(水)	9:00~17:00	健康増進課窓口																
14日(月)																		
19日(土)	14:00~16:00	保健福祉センター																
21日(月)																		

木	金	土
<b>3</b> <b>音楽ではつらつ 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>地域交流会 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>4</b> <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>5</b> 矢板時間 12:00~76:4FM <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球パレー (多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~
<b>10</b> <b>絵手紙 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>やさしい手話教室 予</b> 時間/14:00~16:00	<b>11</b> <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>12</b> 矢板時間 12:00~76:4FM <b>折り紙しましょ (世代間交流) 予</b> 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 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球パレー (多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~
<b>17</b> 法律 <b>特別ケア体操 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>コカリナ 予</b> 時間/13:00~16:00	<b>18</b> <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>19</b> 矢板時間 12:00~76:4FM <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球パレー (多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~
<b>24</b> 心の健康 <b>絵手紙 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>戸外活動 (那珂湊方面) 予</b> 時間/10:00~16:00 費用/2,000円程度 定員/10人 <b>やさしい手話教室 予</b> 時間/14:00~16:00	<b>25</b> <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>26</b> 矢板時間 12:00~76:4FM <b>お正月飾り (世代間交流) 予</b> 時間/10:00~11:30 費用/300円 対象/小学生・65歳以上の方 計10名 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球パレー (多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~
<b>31</b> 休 図書館 <b>当番</b> 西川整形外科 ☎(48) 2552 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155</b> 18:30~21:00	<b>1/1</b> 休 図書館・城の湯 <b>当番</b> 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811</b> 18:30~21:00	<b>1/2</b> 矢板時間 12:00~76:4FM 休 図書館 <b>当番</b> 井井胃腸科クリニック ☎(40) 3055 9:00~12:00 14:00~17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 <b>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811</b> 18:30~21:00
<b>泉はつらつ館 ☎(43) 2231</b> 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。	<b>自動交付機ご利用時間</b> 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/市民課 ☎(43) 1117 予...要予約	

2020  
**12**  
 December

**おとな**

**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 予**  
 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 = 成年後見相談会 予**  
 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/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

**多重債務者相談・消費生活相談 予**  
 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/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/(県塩谷庁舎内) 県矢板健康福祉センター ☎(44) 1297