



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

マイナンバー休日窓口
=マイナンバーカード休日窓口
9:00~12:00
市民課 ☎(43) 1117

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(生活環境課内)
予約・問合せ/生活環境課
☎(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

予…要予約

Calendar header for 日, 月, 火, 水 with dates 4/29 to 5/5 and business notices.

3
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

4
休 図書館・城の湯
百歳健康教室
時間/10:00~11:00
はつらつ健康講座 予
時間/10:00~12:00

5
休 城の湯 心配
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
手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予
時間/13:30~16:00

6
延長窓口
ハワイアンダンス 予
時間/10:00~12:00

10
当番 かるべ皮フ科小児科医院 ☎(43) 1210
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

11
休 図書館・城の湯
はつらつ健康講座 予
時間/10:00~12:00

12
人権相談
時間/9:30~12:00
場所/保健福祉センター
問合せ/総務課 ☎(43) 1113
詩舞 予
時間/10:00~12:00
手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予
時間/13:30~16:00

13
延長窓口
地域交流会 予
時間/10:00~12:00

17
当番 なかじまクリニック ☎(48) 7701
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

18
休 図書館・城の湯
百歳健康教室
時間/10:00~11:00
はつらつ健康講座 予
時間/10:00~12:00

19
休 図書館・城の湯 心配
詩舞 予
時間/10:00~12:00
手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予
時間/13:30~16:00

20
延長窓口
ハワイアンダンス 予
時間/10:00~12:00

24
当番 尾形クリニック ☎(43) 2230
9:00~12:00 14:00~17:00
当番 塩谷病院 ☎(44) 1155
17:00~19:00
夜間 診療室しおや ☎(44) 1155
18:30~21:00

25
休 図書館・城の湯
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
予約・問合せ/健康増進課 ☎(43) 1118
絵手紙
時間/10:00~12:00
はつらつ健康講座 予
時間/10:00~12:00

26
心配
詩舞 予
時間/10:00~12:00
手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予
時間/13:30~16:00

27
延長窓口
かんたん料理 予
時間/10:00~13:00

医療機関からのお願い
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。

まちなか保健室 健康増進課 ☎(43) 1118
Table with columns: 日時, 場所, 備考. Includes info about health promotion lessons.

木
水彩画教室 予
時間/10:00~12:00
ハーモニカ教室 予
時間/13:30~15:30

金
1
はつらつダンス 予
時間/10:00~12:00

土
2
詩舞 予
時間/10:00~12:00
輪投げ(多世代交流) 予
時間/13:30~16:00
夜間 診療室くろす ☎028(682)8811
18:30~21:00

7
水彩画教室 予
時間/10:00~12:00
ハーモニカ教室 予
時間/13:30~15:30

8
はつらつダンス 予
時間/10:00~12:00

9
ぬり絵しましよ(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 10人
詩舞 予
時間/10:00~12:00
輪投げ(多世代交流) 予
時間/13:30~16:00
夜間 診療室くろす ☎028(682)8811
18:30~21:00

14
心の健康
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

15
はつらつダンス 予
時間/10:00~12:00

16
マイナンバー休日窓口
折り紙しましよ(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 10人
詩舞 予
時間/10:00~12:00
ボードゲーム(多世代交流) 予
時間/13:30~16:00
夜間 診療室くろす ☎028(682)8811
18:30~21:00

21
法律
水彩画教室 予
時間/10:00~12:00
ハーモニカ教室 予
時間/13:30~15:30

22
はつらつダンス 予
時間/10:00~12:00

23
輪投げ大会(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 10人
詩舞 予
時間/10:00~12:00
ボードゲーム(多世代交流) 予
時間/13:30~16:00
夜間 診療室くろす ☎028(682)8811
18:30~21:00

28
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

29
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 診療室しおや ☎(44) 1155
18:30~21:00

30
夜間 診療室くろす ☎028(682)8811
18:30~21:00

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、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)
※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/9:00~16:00
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 9:00~16:00)
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。