

日	月	火	水
<b>まちなか保健室</b> <b>健康増進課 ☎(43) 1118</b>		<b>認知機能簡易検査</b> <b>高齢対策課 ☎(43) 3896</b>	
日時	場所	備考	
3日(祝・日)	市体育館	健康まつり時	
13日(水)	ベイシア矢板店		
18日(月)	保健福祉センター	健康栄養相談時	
25日(月)	片岡公民館		
<small>【まちなか保健室】…「手軽に、気軽に、健康相談」をコンセプトに、保健師・栄養士などによる健康相談や血圧・体組成の測定、健康ポイントの付与などを行います。</small>			

<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> <b>延長窓口</b> <b>心配</b>	<b>6</b>
<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</b> 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	<b>当番</b> 谷仲医院 ☎(48) 0800 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 18:30~21:30	<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</b> (鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	<b>誕生会 (10~12月生まれ) 予</b> 時間/10:00~12:30 定員/20人 参加料/別途 <b>ハワイアンダンス 予</b> 時間/10:00~12:00

<b>10</b>	<b>11</b> <b>延長窓口</b> <b>心配</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>当番</b> 佐藤病院 ☎(43) 0758 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 18:30~21:30	<b>はつらつ健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>人権相談</b> 時間/9:30~12:00 場所/保健福祉センター 2階相談室 問合/総務課 ☎(43) 1113 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り</b> (鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	<b>障がい者フリースペース</b> 時間/13:00~16:00 場所/矢板公民館 団体事務室 問合/社会福祉課 ☎(43) 1116 <b>介護相談 予</b> 時間/10:00~16:00 *利用料不要 <b>ハワイアンダンス 予</b> 時間/10:00~12:00

<b>17</b>	<b>18</b> <b>延長窓口</b> <b>心配</b>	<b>19</b>	<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 18:30~21:30	<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/13:00~14:00 <b>はつらつ健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り</b> (鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00	<b>成年後見相談会 予</b> 時間/10:00~12:00 場所/きずな館 問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000 <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>24</b>	<b>25</b> <b>延長窓口</b> <b>心配</b>	<b>26</b> <b>心配</b>	<b>27</b>
<b>当番</b> 橋本医院 ☎(43) 0406 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 18:30~21:30	<b>絵手紙</b> 時間/10:00~11:30 <b>はつらつ健康体操 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>小物作り</b> (鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30~16:00 <b>やさしい手話教室 予</b> 時間/14:00~16:00	<b>かんたん料理 予</b> 時間/10:00~13:00

文化会館 ☎(43) 2212 休館日/月曜日 (月曜日が祝日の場合は翌日)							
日時	行事名	入場方法	場所	日時	行事名	入場方法	場所
1日(金)	文化祭(華展)	無料	大ホール ロビー	10日(日)	塩谷地区芸術祭(邦楽祭)	無料	大ホール
2日(土)				10:00~11:30	若葉学級	申込者	小ホール
3日(祝・日)	文化祭(芸能発表会)	無料	大ホール	24日(日)	カラオケ発表会	無料	大ホール
3日(祝・日)				9:30~	塩谷病院 市民公開講座		
	秋祭りを楽しもう		小ホール				

木	金	土
	<b>1</b>	<b>2</b> <b>矢板時間</b> 12:00~76.4PM
	<b>交通事故相談 予</b> 時間/10:00~12:00 13:00~16:00 場所/保健福祉センター 2階相談室 問合/くらし安全環境課 ☎(43) 6755 <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~ <b>夜間 診療室くろす</b> ☎028(682)8811 18:30~21:30

<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b> <b>矢板時間</b> 12:00~76.4PM
<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>電子オルガンに合わせて歌いましょう</b> 時間/10:00~11:30 <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>卓上ホッケー(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 10名 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~ <b>夜間 診療室くろす</b> ☎028(682)8811 18:30~21:30

<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b> <b>矢板時間</b> 12:00~76.4PM
<b>絵手紙 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>クッキング(世代間交流) 予</b> 時間/10:00~11:30 費用/100円 対象/小学生・65歳以上の方 10名 <b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~ <b>夜間 診療室くろす</b> ☎028(682)8811 18:30~21:30

<b>21</b> <b>法律</b>	<b>22</b>	<b>23</b> <b>矢板時間</b> 12:00~76.4PM
<b>ココリナ 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>電子オルガンに合わせて歌いましょう</b> 時間/10:00~11:30 <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>当番</b> 後藤医院 ☎(44) 2323 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 18:30~21:30

<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b> <b>矢板時間</b> 12:00~76.4PM
<b>絵手紙 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>カラオケ教室※1 予</b> 時間/13:30~16:00	<b>たのしい折り紙</b> 時間/10:00~11:30 <b>はつらつダンス 予</b> 時間/10:00~12:00	<b>詩舞 予</b> 時間/10:00~12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 予</b> 時間/13:30~16:00 小学生以上~ <b>夜間 診療室くろす</b> ☎028(682)8811 18:30~21:30

<b>木幡北山はつらつ館</b> ☎(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。	<b>泉はつらつ館</b> ☎(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、マッサージ機 乗馬マシン、フィットネスバイク、ペタンク、血圧計 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。
---	--

2019  
**11**  
November

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** = 18:30~21:30

※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関によりますので、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  
社会福祉課 ☎(43) 1116  
子ども課 ☎(44) 3600  
健康増進課 ☎(43) 1118

**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  
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)  
予約・問合/くらし安全環境課 ☎(43) 3621

**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/市民課 ☎(43) 1117

**予**…要予約