

総合カレンダー Calendar

9月 ▶▶▶ 10月

8

◆日本脳炎予防接種 里 12:40～
 ■紙類・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町

9



◎移動献血車「まごころ号」運行日
 ※場所・時間は別表参照

★ S L 銀河運転日(釜石行き)

13

◆6～7カ月児健診(H29.2月生)、BCG予防接種 里 13:00～
 ■紙類・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
 ◎登記相談会(予約制)と 10:00～

14

◆妊娠教室(予約制) ね 13:30～
 ■紙類・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
 ◎行政相談 宮 10:00～

15

◆育児相談(乳幼児) 児 10:00～
 ■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町①、附馬牛町
 ◎人権相談 宮 10:00～
 ◎心配ごと相談(弁護士) 総 10:00～

16

★ S L 銀河運転日(釜石行き)

20

◆1歳児健康相談(H28.9月生) 里 9:30～
 ◆1歳6カ月児健診(H28.3月生) 里 13:00～
 ■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
 ◎心配ごと相談 宮 10:00～
 ◎行政相談 本 13:00～

21

◆産後リフレッシュ教室(予約制) ね 10:00～
 ■ペットボトル・缶(飲料用)/土淵町、上郷町

22

■びん・プラ製容器包装/遠野町①、附馬牛町

23

☆秋分の日

★ S L 銀河運転日(釜石行き)

27

◆育児相談(乳幼児) 里 9:30～
 ◆3歳6カ月児健診(H26.3月生) 里 13:00～
 ■びん・プラ製容器包装/遠野町②、青笹町、宮守町宮守第5区の大平、宮守町鱒沢
 ◎登記相談会(予約制)と 10:00～
 ◎消費者救済資金融資相談(予約制) 市 13:00～

28

☆いわて減塩の日

■びん・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
 ◎弁護士無料法律相談(予約制) 市 10:00～

29

30

★ S L 銀河運転日(釜石行き)

4

◆3～4カ月児健診(H29.6月生) 里 13:00～
 ■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町②、青笹町

5

◆日本脳炎予防接種 里 12:40～ ◆妊婦教室(予約制) ね 13:30～
 ■もえないごみ・粗大ごみ/土淵町、上郷町、宮守町宮守第4区②・5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平)・7区、宮守町鱒沢
 ◎弁護士無料法律相談(予約制) 市 10:00～ ◎花巻年金事務所出張相談(予約制) あ 10:30～

6

◆日本脳炎予防接種 里 12:40～
 ■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町①、附馬牛町、宮守町宮守第1～3区、宮守町宮守第4区①、宮守町宮守第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平を除く)、宮守町宮守第6区・宮守町達首部
 ◎心配ごと相談 総 10:00～

7

★ S L 銀河運転日(釜石行き)

休日当番医 & 薬局	日付	医科	歯科	薬局
休	9月10日(日)	守口医院 (☎63-2170)	かしわばら歯科クリニック (☎67-2010)	はやせ薬局 (☎63-2155)
	17日(日)	時田医院 (☎62-2147)	両川歯科医院 (☎62-3211)	
	18日(月・祝)	上郷町ほほえみスキンクリニック (☎68-3330)		わお調剤薬局 (☎68-3737)
	23日(土・祝)	川上医院 (☎62-2051)		はやちね薬局 (☎63-3050)
	24日(日)	あいずみ医院 (☎63-2021)	飯高歯科医院 (☎62-8917)	遠野駅前薬局 (☎63-3300)
	10月1日(日)	守口医院 (☎63-2170)	アベ歯科医院 (☎62-3166)	はやせ薬局 (☎63-2155)

【注意】遠野病院(☎62-2222)は、救急指定病院。救急患者に限り診療します。

下半期分です！
(10月～来年3月)

医科	歯科																																																																																											
<table border="1"> <tr><td>9月</td><td>守口</td><td>千歳</td><td>東海</td><td>上野</td><td>中央</td><td>時田</td></tr> <tr><td>10月</td><td>千歳</td><td>あいずみ</td><td>東海</td><td>川上</td><td>守口</td><td></td></tr> <tr><td>11月</td><td>千歳</td><td>あいずみ</td><td>東海</td><td>川上</td><td>守口</td><td></td></tr> <tr><td>12月</td><td>中央</td><td>時田</td><td>川上</td><td>あいずみ</td><td>中央</td><td></td></tr> <tr><td>1月</td><td>千歳</td><td>守口</td><td>上野</td><td>中央</td><td>千歳</td><td></td></tr> <tr><td>2月</td><td>時田</td><td>川上</td><td>中央</td><td>千歳</td><td>守口</td><td></td></tr> <tr><td>3月</td><td>中央</td><td>川上</td><td>時田</td><td>あいずみ</td><td>中央</td><td></td></tr> </table>	9月	守口	千歳	東海	上野	中央	時田	10月	千歳	あいずみ	東海	川上	守口		11月	千歳	あいずみ	東海	川上	守口		12月	中央	時田	川上	あいずみ	中央		1月	千歳	守口	上野	中央	千歳		2月	時田	川上	中央	千歳	守口		3月	中央	川上	時田	あいずみ	中央		<table border="1"> <tr><td>9月</td><td>アベ</td><td>宮守</td><td>飯高</td><td>ながね</td><td>佐藤</td></tr> <tr><td>10月</td><td>両川</td><td>松原</td><td>沼崎</td><td>かしわばら</td><td></td></tr> <tr><td>11月</td><td>打越</td><td>飯高</td><td>アベ</td><td>宮守</td><td></td></tr> <tr><td>12月</td><td>遠野</td><td>ながね</td><td>佐藤</td><td>打越</td><td></td></tr> <tr><td>1月</td><td>松原</td><td>沼崎</td><td>かしわばら</td><td>両川</td><td></td></tr> <tr><td>2月</td><td>飯高</td><td>アベ</td><td>宮守</td><td>飯高</td><td></td></tr> <tr><td>3月</td><td>飯高</td><td>アベ</td><td>宮守</td><td>飯高</td><td></td></tr> </table>	9月	アベ	宮守	飯高	ながね	佐藤	10月	両川	松原	沼崎	かしわばら		11月	打越	飯高	アベ	宮守		12月	遠野	ながね	佐藤	打越		1月	松原	沼崎	かしわばら	両川		2月	飯高	アベ	宮守	飯高		3月	飯高	アベ	宮守	飯高	
9月	守口	千歳	東海	上野	中央	時田																																																																																						
10月	千歳	あいずみ	東海	川上	守口																																																																																							
11月	千歳	あいずみ	東海	川上	守口																																																																																							
12月	中央	時田	川上	あいずみ	中央																																																																																							
1月	千歳	守口	上野	中央	千歳																																																																																							
2月	時田	川上	中央	千歳	守口																																																																																							
3月	中央	川上	時田	あいずみ	中央																																																																																							
9月	アベ	宮守	飯高	ながね	佐藤																																																																																							
10月	両川	松原	沼崎	かしわばら																																																																																								
11月	打越	飯高	アベ	宮守																																																																																								
12月	遠野	ながね	佐藤	打越																																																																																								
1月	松原	沼崎	かしわばら	両川																																																																																								
2月	飯高	アベ	宮守	飯高																																																																																								
3月	飯高	アベ	宮守	飯高																																																																																								

休日当番医日程表を 折り込んでいます。

使い方

①取り外す



②目立つ場所に貼る



心も体も元気で長生き！

健康づくりサポーター養成講座

健康づくりサポーターは、食生活改善推進員や運動普及推進員など、地域で健康づくりをサポートするボランティア。講座を受講すれば、誰でもサポーターになることができます。健康づくりに興味のある人は、ぜひご応募ください！

応募資格

▷市内在住▷講座を全て受講できる▷受講後は各種ボランティア活動に参加できる一のすべてを満たす人

定員

40人程度(男女不問)

募集締切

9月29日(金) ※定員になり次第締め切ります

講座内容 ※今年度は2カ所で開催します

- ★期間 遠野健康福祉の里会場/10月17日(火)～11月28日(火)の期間に全6回 達首部地区センター会場/10月19日(木)～11月30日(木)の期間に全6回
- ★内容 講話、調理実習、簡単な運動実技 など
- ★費用 保険料1,000円程度、調理実習1回につき400円

※講座の日程などの詳細は、地区センターなどで配布しているチラシや市ホームページなどで紹介しています

申し込み

市保健医療課(☎68-3185)

遠野市 健康づくりサポーター

医科

※医科の休日当番医は、診療科を問わず診療します

診療時間▷午前9時～午後5時

遠野市医師会

	1日(日)	8日(日)	9日(月)体育の日	15日(日)	22日(日)	29日(日)
10月	守口 医院 ☎63-2170	千葉 医院 ☎62-4039	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	とおの宮本眼科 ☎62-2035	中央 診療所 ☎62-2277	時田 医院 ☎62-2147
11月	3日(金)文化の日	5日(日)	12日(日)	19日(日)	23日(木)勤労感謝の日	26日(日)
	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	千葉 医院 ☎62-4039	あいずみ 医院 ☎63-2021	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	川上 医院 ☎62-2051	守口 医院 ☎63-2170
12月	3日(日)	10日(日)	17日(日)	23日(土)天皇誕生日	24日(日)	31日(日)年末
	とおの宮本眼科 ☎62-2035	中央 診療所 ☎62-2277	時田 医院 ☎62-2147	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	川上 医院 ☎62-2051	あいずみ 医院 ☎63-2021
1月	1日(月)元日	2日(火)年始	3日(水)年始	7日(日)	8日(月)成人の日	14日(日)
	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	千葉 医院 ☎62-4039	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	中央 診療所 ☎62-2277
	21日(日)	28日(日)				
	時田 医院 ☎62-2147	川上 医院 ☎62-2051				
2月	4日(日)	11日(日)建国記念日	12日(月)振替休日	18日(日)	25日(日)	
	あいずみ 医院 ☎63-2021	菊池俊彦 クリニック ☎62-8600	千葉 医院 ☎62-4039	守口 医院 ☎63-2170	とおの宮本眼科 ☎62-2035	
3月	4日(日)	11日(日)	18日(日)	21日(水)春分の日	25日(日)	
	中央 診療所 ☎62-2277	川上 医院 ☎62-2051	時田 医院 ☎62-2147	上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330	あいずみ 医院 ☎63-2021	

この日程表に関する問い合わせは、市保健医療課(☎62-2111)まで!

歯科

※祝祭日は診療しません

診療時間▷午前9時～正午

遠野歯科医師会

	1日(日)	8日(日)	15日(日)	22日(日)	29日(日)
10月	アベ 歯科医院 ☎62-3166	宮守 歯科診療所 ☎67-2225	遠野歯科 クリニック ☎62-2101	ながね 歯科医院 ☎62-6454	佐藤 歯科医院 ☎62-0303
11月	5日(日)	12日(日)	19日(日)	26日(日)	
	両川 歯科医院 ☎62-3211	松原 歯科医院 ☎68-3222	沼崎 歯科医院 ☎62-4108	かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010	
12月	3日(日)	10日(日)	17日(日)	24日(日)	
	打越 歯科医院 ☎60-1010	飯高 歯科医院 ☎62-8917	アベ 歯科医院 ☎62-3166	宮守 歯科診療所 ☎67-2225	
1月	7日(日)	14日(日)	21日(日)	28日(日)	
	遠野歯科 クリニック ☎62-2101	ながね 歯科医院 ☎62-6454	佐藤 歯科医院 ☎62-0303	打越 歯科医院 ☎60-1010	
2月	4日(日)	11日(日)建国記念日	18日(日)	25日(日)	
	松原 歯科医院 ☎68-3222	沼崎 歯科医院 ☎62-4108	かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010	両川 歯科医院 ☎62-3211	
3月	4日(日)	11日(日)	18日(日)	25日(日)	
	飯高 歯科医院 ☎62-8917	アベ 歯科医院 ☎62-3166	宮守 歯科診療所 ☎67-2225	遠野歯科 クリニック ☎62-2101	

保存版

休日急患診療当番医日程表

下半期分(平成29年10月～平成30年3月)

【お願い】

都合により当番医を変更することがありますので、
受診する際は事前に電話で確認ください。

遠野病院

県立遠野病院は、
救急患者・重症患者・紹介患者のみ診察します。

県立遠野病院は、市内で唯一の救急指定病院です。
救急患者や重症患者など、命に関わるケースに対応するため、
軽い症状の病気、ケガなどの診察は、基本的に受け付けていません。
緊急ではない場合は、まず、お近くの医院を受診するようにしましょう。

問い合わせ
県立遠野病院
☎62-2222

こども

急な発熱などで心配な時は、
「こども救急電話相談」まで!

お子さんが急な病気などで心配な時、経験豊かな看護師がアドバイスします。
「受診したほうがいいかな…」と迷った時は、まず、お電話を!

★年中無休
★19時～23時受付

#8000 または 019-605-9000

問い合わせ・場所

◆各種健診・予防接種・健康相談・各種教室

問 市健康福祉の里保健医療課 (☎62-5111内線34)または宮守総合支所地域振興課 (☎67-2111)

■ごみ収集日

問 市環境課 (☎62-2111) または宮守総合支所地域振興課 (☎67-2111)

※遠野町①＝遠野町12区・13区、松崎町4～8区／遠野町②＝遠野町1区・3区・5～7区(石倉除く)・14区／遠野町③＝遠野町2区・4区・石倉・8～11区・15区／宮守町宮守第4区①＝相ノ山・欄場・沢田1班・駅前・東洋レンズ岩手工場脇／宮守町宮守第4区②＝オノ神・沢田2班・吉金・赤沢川

●行政相談

問 市経営企画部 (☎0198-62-2111)

●心配ごと相談・無料弁護士相談

問 遠野市社会福祉協議会 (☎0198-62-8459)

●弁護士無料法律相談

多重債務者弁護士無料相談、(いずれも予約制)

問 遠野市消費生活センター (☎0198-62-6318)

●人権相談

問 盛岡地方務局花巻支局 (☎0198-24-8311)

●消費者救済資金融資相談(予約制)

問 県消費者信用生活協同組合北上事業所(☎0197-61-0133)

●傾聴サロン

問 市健康福祉の里福祉課 (☎0198-62-5111内線16)

●登記相談会(予約制)

問 盛岡地方務局花巻支局 (☎0198-24-8311)

●花巻年金事務所出張相談(予約制)

問 花巻年金事務所 (☎0198-23-3351)

開催場所は、次のとおり省略して表記しています

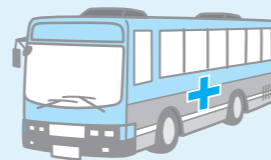
- 市…市民センター
- 里…遠野健康福祉の里
- 児…宮守児童館
- 宮…宮守総合支所
- 総…総合福祉センター
- と…市役所とびあ庁舎
- 本…市役所本庁舎
- ね…ねっとゆりかご
- ち…ちょボラ
- あ…あすもあ遠野

移動献血車「まごころ号」

9月9日(土)

10時～15時▷遠野市総合防災センター(消防フェア会場内)

「まごころ号」を見つけたら、愛と理解と行動を!



●問い合わせ 市福祉課地域福祉係 (☎ 68-3191)

10

★S L 銀河運転日(花巻行き)

11

■紙類・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

12

◆予防接種(四種混合、ヒブ、肺炎球菌、不活化ポリオ、B型肝炎) 里 12:40～
■紙類・プラ製容器包装/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)
●人権相談 市 10:00～

17

☆とおの家族の日

18

☆敬老の日

■ペットボトル・缶(飲料用)/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部
★S L 銀河運転日(花巻行き)

19

☆食育の日

■ペットボトル・缶(飲料用)/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)
●傾聴サロン ち 10:00～
●多重債務者弁護士無料相談(予約制) 市 10:00～

24

★S L 銀河運転日(花巻行き)

25

■びん・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

26

◆予防接種(四種混合、ヒブ、肺炎球菌、不活化ポリオ、B型肝炎) 里 12:40～
■びん・プラ製容器包装/小友町、松崎町第1～3区、宮守町宮守(ただし、宮守第5区の大平除く)

10月1

◆ファミリー教室(予約制) 里 9:00～
★S L 銀河運転日(花巻行き)

2

■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町③、綾織町

3

◆2歳児(H27.10月生)・3歳児(H26.10月生)歯科相談 里
■もえないごみ・粗大ごみ/小友町、松崎町第1～3区
●傾聴サロン ち 10:00～

遠野テレビおすすめ番組

★日本のふるさと「遠野まつり」生中継

【生放送】 9/16(土)▷10時30分～
【再放送】 ①9/16(土)▷18時～ ②9/17(日)▷12時～、18時～

★2017日本のふるさと「遠野まつり」郷土芸能パレード 9/23(土)・24(日)▷15時～、20時～

問い合わせ 遠野テレビ(☎63-1711)

【お知らせ】 遠野テレビ使用料の減免措置があります。詳しくは… 遠野テレビ加入促進 検索

新しい医療費控除制度がスタート!

セルフメディケーション税制

セルフメディケーションとは、自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること。この税制は、定期健診などを受けている人が、特定の市販薬を一定額以上購入した場合、要件に基づき確定申告をすることで所得控除を受けることができる制度です。詳細は、問い合わせください。

控除額

特定の市販薬(下記参照)を12,001円以上購入した場合、12,000円を超えた金額を控除(上限88,000円)。 ※従来の医療費控除と選択する必要があります

対象医薬品

ドラッグストアなどで購入できるもののすべてが対象ではなく、医療用から転用された特定成分を含む医薬品「O T C 医薬品」が対象。対象医薬品には識別マークが記載されているほか、レシートや領収書には「セルフメディケーション税制対象商品」と表示されます。



対象医薬品識別マーク

控除対象者

対象となる健康診断などを受け、健康管理をしている人。例) ★特定健康診査(メタボ検診) ★会社の定期健康診断 ★各種予防接種 ★人間ドック など

申告について

平成30年度確定申告では、平成29年中(1月1日～12月31日)に購入したO T C 医薬品の購入費が対象です。申告の際は、下記のものを提示する必要があります。 ★領収書またはレシート ★健康診断などの結果通知表の写しや、領収書の原本

問い合わせ

市税務課(☎62-2111)

市国民健康保険運営協議会 委員を公募します

年に2回程度開催する遠野市国民健康保険運営協議会に出席し、国民健康保険条例の制定や改廃、税率に関することなどの重要事項を審議していただく委員を公募します。

- ★募集人員 4人
- ★任期 本年11月1日から平成31年10月31日までの2年間
- ★応募資格 市内在住の国民健康保険被保険者で平成29年4月1日現在で20歳以上の人
- ★募集締切 9月28日(木)
- ★その他 市の規定に準じた旅費と報酬を支給。選考結果は、応募者へ直接連絡します

問い合わせ

市市民課(☎62-2111)

全国版救急受診アプリ Q助(きゅーすけ)

総務省消防庁は、急な病気やケガの時に、症状から判断し、救急車を呼ぶべきかどうかを判定するアプリを作成しました。詳しくは、消防庁のホームページをご覧ください。



QRコード



症状の緊急度を素早く判定!!! 救急車を呼ぶ目安に!!!

Q助 検索