

総合カレンダー Calendar

9月 10月

11

12

紙類・プラ製容器包装/遠野町 ①、附馬牛町

16

1歳6カ月児健診(H31.2月~3月10日生)里
ペットボトル・飲料缶/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~

17

ペットボトル・飲料缶/土淵町、上郷町

18

ペットボトル・飲料缶/遠野町 ①、附馬牛町
人権相談10:00~※電話相談のみ
心配ごと相談(弁護士) 総10:00~

19 ☆食育の日

23

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
消費者救済資金融資相談(予約制)市13:00~

24

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~

25

びん・プラ製容器包装/遠野町 ①、附馬牛町

26

30

3歳6カ月児健診(H29.3月~4月生)里

10月1

妊婦教室 ね 14:00~
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・第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平)・第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)本10:30~

2

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・第4区①・第5区(笠平・雪谷沢・関谷・大平を除く)・第6区、宮守町達首部
心配ごと相談 総10:00~

3

7

3~5カ月児健診(R2.5月生)里
もえないごみ・粗大ごみ/遠野町②、青笹町

8

紙類・プラ製容器包装/土淵町、上郷町
行政相談 宮10:00~

9

紙類・プラ製容器包装/遠野町 ①、附馬牛町

10



下半期分です! (10月~来年3月)

Table with columns for '内科' and '歯科' listing dates and names of on-call doctors.

休日当番医日程表を 折り込んでいます。



②目立つ場所に貼る



①取り外す

使い方

取り外してお使いください

10月1日から変わります! 予防接種 ワクチンの接種間隔制限

予防接種法が改定され、本年10月1日から異なるワクチンを接種する場合、接種間隔の制限がなくなります。

問い合わせ 市母子安心課(☎68-3186)

接種するワクチン 接種するワクチン 接種間隔

Table showing vaccination types and intervals. Examples include '不活化ワクチン「四種混合」' with '制限なし' and '注射生ワクチン' with '4週間(中27日)以上'.

ワクチンの種類と名前 ●:定期予防接種 △:任意予防接種

Table listing vaccine types and names: 不活化ワクチン (ヒブ, B型肝炎, etc.), 経口生ワクチン (ロタウイルス), 注射生ワクチン (BCG, etc.).

定期接種に変更! ロタウイルスワクチン

乳幼児のロタウイルス感染による胃腸炎を予防するロタウイルスワクチンが、本年10月1日から定期接種(無料)に変わります。

対象 本年8月1日以降に生まれた子
問い合わせ 市母子安心課(☎68-3186)

定期予防接種を忘れずに受けましょう!



Table for '休日当番医 & 薬局' listing dates, medical departments, and pharmacies.

【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。

保存版

休日急患診療当番医日程表 下半期分

(令和2年10月～令和3年3月)

※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。

日程表に関する問い合わせは、市医療連携室(☎62-2111)まで

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

| | | | | | | |
|-----|---------------------------|---------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 10月 | 4日(日) | 11日(日) | 18日(日) | 25日(日) | | |
| | 時田 医院 ☎62-2147 | 川上 医院 ☎62-2051 | あいずみ 医院 ☎63-2021 | 菊池俊彦 クリニック ☎62-8600 | | |
| 11月 | 1日(日) | 3日(火)文化の日 | 8日(日) | 15日(日) | 22日(日) | 23日(月)勤労感謝の日 |
| | 守口 医院 ☎63-2170 | 千葉 医院 ☎62-4039 | 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 |
| | 29日(日) | | | | | |
| 12月 | 川上 医院 ☎62-2051 | | | | | |
| | 6日(日) | 13日(日) | 20日(日) | 27日(日) | 31日(木)年末 | |
| 1月 | 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 | とおの宮本眼科 ☎62-2035 | 守口 医院 ☎63-2170 | |
| | 1日(金)元日 | 2日(土)年始 | 3日(日)年始 | 10日(日) | 11日(月)成人の日 | 17日(日) |
| | 中央 診療所 ☎62-2277 | 時田 医院 ☎62-2147 | 川上 医院 ☎62-2051 | あいずみ 医院 ☎63-2021 | 上組町ほほえみ スキンクリニック ☎68-3330 | 菊池俊彦 クリニック ☎62-8600 |
| 2月 | 24日(日) | 31日(日) | | | | |
| | 千葉 医院 ☎62-4039 | 守口 医院 ☎63-2170 | | | | |
| 3月 | 7日(日) | 11日(火)建国記念日 | 14日(日) | 21日(日) | 23日(火)天皇誕生日 | 28日(日) |
| | とおの宮本眼科 ☎62-2035 | 中央 診療所 ☎62-2277 | 時田 医院 ☎62-2147 | 川上 医院 ☎62-2051 | 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 |
| 3月 | 7日(日) | 14日(日) | 20日(土)春分の日 | 21日(日) | 28日(日) | |
| | 菊池俊彦 クリニック ☎62-8600 | 守口 医院 ☎63-2170 | 千葉 医院 ☎62-4039 | とおの宮本眼科 ☎62-2035 | 中央 診療所 ☎62-2277 | |

歯科

※祝日は診療しません

診療時間▷午前9時～正午

遠野歯科医師会

| | | | | | |
|-----|------------------------------|---------------------------|------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 10月 | 4日(日) | 11日(日) | 18日(日) | 25日(日) | |
| | 佐藤 歯科医院 ☎62-0303 | 打越 歯科医院 ☎60-1010 | 沼崎 歯科医院 ☎62-4108 | かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010 | |
| 11月 | 1日(日) | 8日(日) | 15日(日) | 22日(日) | 29日(日) |
| | 両川 歯科医院 ☎62-3211 | 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 |
| 12月 | 6日(日) | 13日(日) | 20日(日) | 27日(日) | |
| | 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 | 沼崎 歯科医院 ☎62-4108 | |
| 1月 | 10日(日) | 17日(日) | 24日(日) | 31日(日) | |
| | かしわばら 歯科クリニック ☎67-2010 | 両川 歯科医院 ☎62-3211 | 飯高 歯科医院 ☎62-8917 | アベ 歯科医院 ☎62-3166 | |
| 2月 | 7日(日) | 14日(日) | 21日(日) | 28日(日) | |
| | 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 | |
| 3月 | 7日(日) | 14日(日) | 21日(日) | 28日(日) | |
| | 打越 歯科医院 ☎60-1010 | 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 | |

患者さまへのお願い【新型コロナウイルス感染症対策】

▷発熱▷せき▷息切れ▷強いだるさ(倦怠感)一などの症状があり、新型コロナウイルスの感染が疑われる人は、医療機関を直接受診する前に必ず、かかりつけ医療機関もしくは「帰国者・接触者相談センター(☎019-651-3175)」に電話で相談し、指示を受けていただきますよう、よろしくお願いいたします。

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

子ども

電話 「子ども救急相談電話」

お子さまの急な発熱などで心配な時、経験豊富なスタッフが電話でアドバイスします。「受診したほうがいいかな…」と迷った時は、まずはお電話を！

スマホ

LINE「小児科・産婦人科オンライン相談」※無料

LINEで医療健康相談が可能。詳しい内容は、市ホームページ(右QRコード)またはチラシ「子育て支援サービスのお知らせ(遠野健康福祉の里、元気わらすこセンターに設置)」をご覧ください。

#8000

または 019-605-9000
★年中無休、19時～23時受付

★平日18時～22時
★会員登録制



問い合わせ・場所

◆各種健診・予防接種・健康相談・各種教室

問 市健康福祉の里母子安心課 (☎68-3186)または宮守総合支所 (☎67-2111)

■ごみ収集日(もえるごみ除く)

問 市環境課(☎62-2111内線565) または宮守総合支所(☎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 市総務企画部政策担当 (☎0198-62-2111内線216)

●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※電話相談のみ
問 遠野市民センター (☎0198-62-4411)
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務所(☎0197-61-0133)

●傾聴サロン
問 市健康福祉の里福祉課 (☎0198-68-3193)

●登記相談会
※電話相談のみ(毎週火・水・木)
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標記しています
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

移動献血車「まごころ号」

9月25日(金)

- ①10時~11時半▷INDY遠野 500
- ②13時半~16時半▷県立遠野病院



「まごころ号」を見つけたら、愛と理解と行動を!

●問い合わせ 市福祉課福祉総務係 (☎ 68-3191)

13

14

15

■ペットボトル・飲料缶/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)
●多重債務弁護士無料相談(予約制)市10:00~
●傾聴サロン ち 10:00~

■紙類・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

20

☆とおの家族の日

21

☆敬老の日

22

☆秋分の日

■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)

■ペットボトル・飲料缶/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

27

28

☆いわて減塩の日

29

◆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

■びん・プラ製容器包装/遠野町③、綾織町、宮守町達曽部

4

5

■もえないごみ・粗大ごみ/遠野町③、綾織町

6

■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~

お知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各種相談や健診などの日程を変更または中止する場合があります。最新の情報は、市ホームページなどで確認ください。

遠野テレビ【番組案内】

★ちゃりナビ シーズン2 #1
季節や風景を感じながら、自転車で「涼」を求めて爆走します
月・水・金▷22時半~
火・木▷18時半~
土・日▷15時~、19時半~

★おうちで英会話 Lesson1
手軽に使える日常英会話を、お茶の間で楽しく学びませんか
月・水・金▷19時半~
火・木▷8時~
毎日▷16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

特別列車に招待! 「釜石線70周年記念号」に乗ろう!

10月10日の釜石線全線開通70周年を記念して、「リゾートあすなる」を使用した特別列車に招待します。

- 運行日 10月10日(土)
- 時間 遠野駅13時55分発~花巻駅14時49分着
- 対象 市内在住の人※1組4人まで、先着最大32人
- 応募方法 9月8日(火)~17日(木)の平日8時半~17時15分に電話で申し込みください
- その他 ①遠野駅までおよび花巻駅からの移動費は各自の負担となります②マスクの着用・手指消毒・検温に協力ください③体調不良時は利用を控えてください
- 申し込み・問い合わせ 市観光交流課(☎62-2111内線315)



大きな車窓から景色を眺められるリゾートあすなる④と車内

見たくしてよむしくたさし

心を育てる! 健康を学ぶ! 楽しく学ぶ食育イベント

9月は健康増進普及月間です。期間中は市とたかむろ水光園が協力して、2つの食育イベントを行います。

★釣って楽しい! 作って楽しい! 要予約
アツアツおいしい炭火焼き体験!

- 内容 自分の力で生きた魚を釣り上げ、その場で調理して実食。普段の食事には生き物の命があり、調理している人がいることなどを感じられる食育体験です。
- 料金 1匹のみ・800円、2匹まで・1,000円(入園料含む)
※遠野市民、学びキャンパスカード提示者の限定料金です

★対象メニューを食べて健康ポイントをもらおう!
■内容 レストランで体にやさしい対象メニューを食べてレシートを市健康長寿課または地区センターに提出。健康ポイント「行きましたポイント」がもらえます(1人1回)

- 【共通】
- 場所 たかむろ水光園
- 期間 9月19日(土)~10月11日(日)(9月28日(月)は休園)
- 問い合わせ 市総合食育センター(☎62-2032)、市健康長寿課(☎68-3185)、予約はたかむろ水光園(☎62-2839)

テーマは「大好き、遠野!」 写真コンテスト開催!

環境フロンティア遠野が開催する写真コンテストに、あなたが大好きな遠野の写真を応募ください。



令和元年度最優秀作品「清流」 撮影者/五十嵐信一さん

- 応募資格 アマチュアの人
- 応募規定 未発表の作品とし、他のコンテストへの併用応募は遠慮ください
- 応募方法 カラーまたはモノクロプリント四つ切り(ワイド可能)に▷作品タイトル▷氏名▷連絡先▷撮影場所一を添えて下記事務局まで郵送または持参ください
- 応募先・問い合わせ 〒028-0592 遠野市中央通り9番1号 環境フロンティア遠野事務局(市環境課内) ☎62-2111(内線564)

「食育推進協力店」を募集

市の食育推進事業に賛同し、食育に関する取り組みをする「食育推進協力店」を募集しています。同協力店に登録された店舗には登録証とのぼりを交付し、市ホームページなどで紹介します。

- 応募方法 電話で応募ください※随時受け付け
- 申請・問い合わせ 市総合食育センター(☎62-2032)

市内食育推進協力店一覧(令和2年8月末現在)

| 店舗・事業所 | 取り組み(※) |
|--------------------------|---------|
| たかむろ水光園(土淵町) | ①④ |
| 株式会社マルシェ レストラン銀河亭(宮守町宮守) | ①② |
| 道の駅 遠野風の丘(綾織町) | ①② |
| ばんがり伊藤家(中央通り) | ①②③④ |
| ばんがり(青笹町) | ①③ |
| 伝承園(土淵町) | ①④ |
| 遠野ふるさと村(土淵町) | ①④ |
| スクオーラカフェテリア アダージオ(土淵町) | ② |

※…①栄養成分表示②地産地消③食品ロス④食文化継承