

休日診療 医療機関の紹介

橋本・伊都地域消防指令センター
 ☎34-0119
 橋本市消防本部 ☎33-0119
 伊都消防組合消防本部 ☎22-0119

休日・夜間の診療所

伊都地方休日急患診療所 ☎33-1903
 ▶土曜日(内科系) 18:00~21:00
 ▶日曜・祝日(内科系、外科系)
 9:00~12:00(受付は11:30まで)
 13:00~17:00(受付は16:30まで)

伊都地方休日急患歯科診療所 ☎33-1905
 ▶日曜・祝日 9:00~12:00
 ※事前に電話連絡してください。また、
 受診の際は健康保険証をお持ちください。

休日・夜間の小児医療電話相談

☎#8000 または 073-431-8000
 ▶平日 19:00~翌9:00
 ▶土・日曜、祝日 9:00~翌9:00

保健福祉センター案内図



予防接種

※母子健康手帳をお持ちください

麻しん風しん予防接種(第2期)

市では麻しん風しん予防接種の第2期として、次年度に小学校へ入学予定の人を対象に2回目の接種を行なっています。令和2年3月末に対象のお子さん(平成26年4月2日~平成27年4月1日生まれ)がいるご家庭に案内文を送付していますが、まだお済みでない場合は実施医療機関に予約の上、接種を受けてください。

●問い合わせ 子育て世代包括支援センター 母子保健係

ここにご歯みがき教室 ※1人30分程度の個別相談となります

日時	対象	定員	場所
11月19日(木) 9:30~11:30	歯の生えた頃~1歳半頃の 子どもとその保護者	8人 (要予約)	保健福祉 センター

●問い合わせ 子育て世代包括支援センター 母子保健係

離乳食教室 ※1人30分程度の個別相談となります

日時	対象	定員	場所
11月6日(金) 13:00~15:30	生後5カ月~8カ月頃の 乳児とその保護者	10人 (要予約)	保健福祉 センター

●問い合わせ 子育て世代包括支援センター 母子保健係

献血 (400ml) ※医師の判断でお断りする場合があります

男女とも体重が50kg以上の方が対象です。

実施日	時間	場所
11月8日(日)	10:00~12:00 13:00~16:00	スーパーセンターオークワ 橋本店
11月18日(水)	14:00~16:00	橋本スイミングスクール
11月21日(土)	10:00~12:00 13:00~16:00	オークワ 彩の台店

●問い合わせ いきいき健康課 保健予防係

11月8日はいい歯の日

輝く歯は健康の第一歩です。体の健康を保ち、おいしく食べるには「歯と口の健康」を欠かすことはできません。

- ・正しいブラッシングで口の中を清潔に保つ
- ・よく噛んで食べる
- ・口の周りの筋力トレーニングを習慣にする

など、口腔ケアに取り組みましょう。

丁寧なセルフケアと定期的な健診を受けて、いつまでも自分の歯でしっかり噛んで、いきいきと若々しい人生を送りましょう。

●問い合わせ いきいき健康課 保健予防係

誰でもかんたん パタカラ体操!

パ・タ・カ・ラと発音するだけで、口の筋肉や食べるために必要な動きが鍛えられます。

- ①パ、パ、パ、パ、パ
 タ、タ、タ、タ、タ
 カ、カ、カ、カ、カ
 ラ、ラ、ラ、ラ
 と一語ずつ力強くはっきりと言いましょう。
- ②パタカラ、パタカラ、パタカラ、
 パタカラ、パタカラ
 と早くなめらかに言いましょう。



新しくいった本

光秀の選択
著 鈴木輝一郎
出版社 毎日新聞出版

畑の益虫とその増やし方
著 ブティック社編集部
出版社 ブティック社

瑠藻美術館
文・写真 奥修
出版社 福音館書店

ありがとう、アーモ!
文・絵 オーゲ・モーラ
出版社 鈴木出版

今月の催し

催し	日程	時間	場所
近代文学(石井照千代)	11/8(日)	12:00~13:45	教育文化会館
源氏物語(石井照千代)	11/8(日)	14:10~16:00	
English News(新聞)	11/15(日)	9:30~11:45	
English Camp(短編小説)	11/10(火) 11/24(火)	9:30~11:45	
English Lounge(実践ビジネス英語)	11/8(日) 11/22(日)	9:30~11:45	
English Café(随筆)	11/17(火)	9:30~11:45	
英語で楽しむリア王(芝史朗)	11/15(日)	14:00~16:00	
ビブリオバトル中高生大会	11/21(土)	13:30~	

※今月の「よみきかせ会」「赤ちゃんと絵本のひととき」「みんなのストーリーテリング」は中止します。

今月のピックアップ『図書館講座 岡潔博士の箴言カルタ』

橋本市が誇る名誉市民「岡潔博士」は「人が先、自分は後」を信条とし、「情緒」の大切さを伝え続けられました。そんな博士の箴言がカルタになりました。絵と文を通して博士を偲びたいと思います。

日時 11月28日(出) 午後2時~4時 場所 教育文化会館



移動図書館ブッキー

日程	時間	場所
11/5(木)	9:30~10:00	隅田地区公民館
	10:15~11:30	あやの台チルドレンセンター
	13:30~14:00	高野口地区公民館
11/6(金)	9:30~10:30	すみだこども園
	10:50~11:20	悠久の郷(紀之川寮)
	13:20~14:35	境原小学校
11/10(火)	9:20~9:50	橋本さつき保育園
	10:15~11:30	城山小学校
11/12(木)	9:30~10:20	応其こども園
	10:40~11:10	つくしんぼ園
	13:05~14:20	隅田小学校
11/13(金)	9:30~10:00	産業文化会館
	10:20~11:35	応其小学校
	13:20~14:30	恋野小学校
11/17(火)	10:00~10:40	柱本小学校
	11:05~11:35	境原幼稚園
	13:30~14:00	ごもうのいえ
11/18(水)	9:25~10:40	学文路小学校
	11:10~11:40	山田地区公民館
	13:20~14:35	あやの台小学校
11/19(木)	9:30~10:45	三石小学校
	13:30~14:00	恋野地区公民館
11/20(金)	9:25~10:40	高野口小学校
	11:00~11:30	高野口こども園
	13:30~14:00	紀見北地区公民館
11/24(火)	10:20~11:35	西部小学校
	13:30~14:00	紀見地区公民館
11/25(水)	9:30~10:00	岸上文化センター
	10:25~11:35	清水小学校
	13:20~14:35	橋本小学校
11/26(木)	9:20~9:50	学文路さつきこども園
	10:25~11:35	紀見小学校
	13:30~14:00	香久の実保育園