



### 子育て・健康・暮らしのカレンダー

<b>1</b> (日)	関上こどもクリニック Tel 75-3722 みどり薬局 Tel 61-3911	<b>2</b> (月) ①ラジオくじくじ〜く 介護・福祉の仕事相談 季節のあそび	<b>3</b> (火)
<b>8</b> (日)	金子クリニック Tel 61-1005 アサヒ薬局久慈店 Tel 75-3322 サンケア薬局県立久慈病院前店 Tel 61-1888	<b>9</b> (月) ①ラジオくじくじ〜く 介護・福祉の仕事相談 ひきこもりがちな若者やその家族の集いの場	<b>10</b> (火) ①リフレッシュ講座 エイズ、肝炎ウイルス、性器クラミジア、梅毒、HTLV-1 検査・相談 骨髄バンク登録 そだちとことばの相談
<b>15</b> (日)	関上こどもクリニック キング薬局 Tel 61-1360 アンバーホール合唱祭 時13時30分〜場大ホール	<b>16</b> (月) ①ラジオくじくじ〜く 介護・福祉の仕事相談 法律相談	<b>17</b> (火) 行政相談
<b>22</b> (日)	関上こどもクリニック サンケア薬局県立久慈病院前店 Tel 61-1888 第25回吹奏楽祭 時13時30分〜場大ホール	<b>23</b> (月) ①ラジオくじくじ〜く 介護・福祉の仕事相談	<b>24</b> (火)
<b>29</b> (日)	関上こどもクリニック キング薬局 Tel 61-1360 関上こどもクリニック Tel 75-3722	<b>30</b> (月) ①ラジオくじくじ〜く 介護・福祉の仕事相談	<b>31</b> (火)

#### ■凡例

- …休日当番医
- …休日当番薬局
- …乳幼児対象の健診など
- …子育て支援センター行事
- …健康相談・検査・献血
- …暮らしの相談
- …アンバーホールイベント
- …よむのすイベント
- …観光イベントなど
- …要予約 …年金



#### 今月の元気ちゃん

歌とダンスとパペットスンスンが大好きです！  
 藤原 紫李ちゃん  
 (1歳・認定こども園かわぬき)

くじくじ〜く ちょぺっと  
 久慈市の魅力を紹介するエフエム岩手のラジオ番組です。毎週月曜日12時45分〜12時55分に放送しています。お聴き逃しなく！

**国民健康保険山形診療所の外来診療** Tel 72-2033   
 山形診療所では、外来診療や各種予防接種、雇入れ時の健康診断なども実施しています。詳しくは問い合わせください。  
**▶受付時間**…月・火曜日 8時30分〜11時/13時30分〜16時、水・金曜日 8時30分〜11時、木曜日 8時30分〜11時/13時30分〜14時30分

<b>4</b> (水) 赤ちゃんサロン 産業保健センター健康相談 法律相談	<b>5</b> (木) 5歳児健診 年金相談	<b>6</b> (金) 心ころの相談 (傾聴)	<b>7</b> (土)
<b>11</b> (水) 介護・福祉の仕事相談 うさこちゃんの部屋 久慈市東日本大震災復興祈念式 時13時45分〜場小ホール	<b>12</b> (木) お酒のお悩み相談	<b>13</b> (金)  心とりんカフェ・オレンジ 1歳児相談、 4〜5カ月児相談、 1歳6カ月児健診、 3歳児健診 心ころの相談 (傾聴)	<b>14</b> (土) ①平庭高原スキー場まつり 図書館映画会 時10時〜場図書館 よよみかせ「おはなしの集」 時11時〜場図書館
<b>18</b> (水) 介護・福祉の仕事相談 オレンジカフェこはく あそびの教室 暮らしとお金の安心相談会	<b>19</b> (木) 年金相談 全血献血	<b>20</b> (金) 北リアス病院 Tel 53-2323 みどり薬局 Tel 61-3911 全血献血	<b>21</b> (土) LET'S READ AND LEARN! ALTIによる英語のおはなし会 時10時〜場図書館
<b>25</b> (水) 法律相談	<b>26</b> (木) 多重債務者弁護士相談 マタニティサロンゆるり	<b>27</b> (金) 心ころの相談 (傾聴) 認知症介護家族の会・縁	<b>28</b> (土) 図書館映画会 時10時〜場図書館 よよみかせ「おはなしの集」 時11時〜場図書館

**年金相談 (要予約)** 会場アンバーホール  
 問二戸年金事務所 Tel 0195-23-4111  
 日時… 5日(木)、19日(木) 10:30〜16:00  
 \* 予約の際は、年金番号の分かるものを用意ください

**介護・福祉の仕事相談 (要予約)**  
 問岩手県福祉人材センター Tel 080-1651-6203

会場	総合福祉センター	ハローワーク久慈
日時	毎週月曜 9:00〜16:00	11日(水)、18日(水) 9:30〜11:00

### 乳幼児健診・相談

会場元気の泉 問こども家庭センター Tel 66-8288

名称	期日	受付時間	対象
5歳児健診	5日(木)	12:40〜13:10	
*対象者には個別に通知します			
そだちとことばの相談	10日(火)	10:30〜16:00	幼児
*電話で予約をしてください			
1歳児相談	13日(金)	8:45〜9:00	令和7年3月生まれ
*バスタオル・歯ブラシ持参			
4〜5カ月児相談	13日(金)	9:10〜9:25	令和7年10月生まれ
*バスタオル持参			
3歳児健診	13日(金)	12:40〜13:00	令和4年9月生まれ
*事前に自宅で行う目と耳の検査があります			
1歳6カ月児健診	13日(金)	13:00〜13:20	令和6年8月生まれ
*幼児フッ素塗布を行います。歯磨きをしてきてください バスタオル・歯ブラシ持参			
マタニティサロンゆるり	26日(木)	13:00〜13:20	
*希望の人はお電話ください 会場…子育て支援センター			

**■乳幼児健診・相談を受ける皆さんへ**  
 都合が悪い場合は連絡ください。▶健診日の1週間以内に37.5℃以上の発熱やせきなどがある場合は受診の延期をお願いします。▶1カ月・3〜4カ月・9〜11カ月児健診は、赤ちゃん手帳の受診票を持参し、指定医療機関で受診してください。▶子どもの集団での様子について事前に園へ確認ください。

### 子育て応援だより

会場問子育て支援センター Tel 52-3210

- 利用対象…未就学児と保護者 季節のあそび「ひなまつり」
- 利用料…無料
- 開館時間… 8時30分〜17時  
(土曜日: 8時30分〜12時)
- 休館日…土曜日の午後、日・祝日

行事名	日時
季節のあそび「ひなまつり」(要申込) 対象: 3カ月〜就学前の子どもと保護者15組 内容: 歌や制作遊びを楽しもう	2日(月) 10:00〜11:00
赤ちゃんサロン「ふれあい遊び」(要申込) 対象: 3カ月〜1歳3ヶ月までの赤ちゃんとその保護者15組 内容: 身長&体重計測・ふれあい遊びを楽しもう	4日(水) 10:00〜11:30
リフレッシュ講座「コーヒーのおいしい入れ方」(要申込) 対象: 乳幼児を持つ保護者8人(託児8人) 内容: 保護者だけでほっと一息リラックスタイム	10日(火) 10:00〜11:00
うさこちゃんの部屋(要申込) 対象: 3カ月〜就学前の乳幼児親子15組 内容: 絵本の読み聞かせ、手遊びなど	11日(水) 11:00〜11:20
あそびの教室 対象: 対象児が決まっています。自由来所はできません ※詳細は子育て支援センターに問い合わせください	18日(水) 終日

### 健康相談・検査

名称	会場	日時
オレンジカフェ「こはく」 こはくのまちの保健室(しあわせSUN) 高齢者、認知症が心配な人、その家族も立ち寄れる場所(Tel 53-2580)		18日(水) 10:00〜15:00
ととりんカフェ・オレンジ 元気でらす縁 相談員が認知症の人や家族の悩みなどを一緒に考えます(Tel 66-8011)		13日(金) 13:30〜15:00
心ころの相談 サロンたぐり 対面相談や電話相談を受け付けています(Tel 75-3790)		金曜日 13:30〜15:00
認知症介護家族の会・縁 元気でらす縁 介護の悩みや日頃の思いを、自由に語り合います(Tel 66-8011)		27日(金) 13:30〜15:00
心ころとからだの相談 心ころとからだの相談センター 対面相談や電話相談を受け付けています(Tel 53-3652) 上記の時間以外は市保健推進課による対応になります		平日 9:00〜12:00
全血献血	市防災センター	19日(木) 9:00〜11:00
	久慈市役所	13:00〜16:30
	久慈ショッピングセンター	20日(金) 9:30〜12:00 13:30〜15:30
産業保健センター 個別健康相談	久慈医師会 (市役所分庁舎2階)	4日(水) 完全予約制
*要予約(二戸・久慈地域産業保健センター Tel 53-0114)		

**会場久慈保健所(久慈地区合同庁舎) 問久慈保健所 Tel 53-4987**

エイズ、肝炎ウイルス、性器クラミジア、梅毒、HTLV-1検査・相談(要予約)	10日(火)	14:00〜16:00
骨髄バンク登録(要予約)	10日(火)	14:00〜16:00
ひきこもりがちな若者やその家族の集いの場	9日(月)	14:00〜15:30
お酒のお悩み相談	12日(木)	10:00〜11:30
心ころの健康相談(要予約) ※日時は予約時に案内します		

### 暮らしの相談

会場消費生活センター(市役所庁舎 東側)

○要予約(予約生活環境課 Tel 54-8003)

名称	日時	相談員
法律相談 *2月20日(金)8時30分 予約開始	4日(水)	齊藤 拓弁護士
	16日(月) 10:30〜15:30	小林 洋介弁護士
	25日(水)	石井 恵子弁護士

○予約不要(問生活環境課 Tel 54-8003)

名称	日時	相談員
行政相談	17日(火) 13:30〜15:30	行政相談委員

○要予約(予約消費生活センター Tel 54-8004)

名称	日時	相談員
暮らしとお金の安心相談会 ※前日12時までに予約	18日(水) 10:00〜16:00	消費者信用生活協同組合 八戸相談センター相談員
多重債務者 弁護士無料相談	26日(木) 10:00〜15:00	岩手弁護士会所属弁護士