

くらしのガイド

上水道当番指定店

9月13日(日)~9月19日(土)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421
9月20日(日)~9月26日(土)	(株)宮坂建設	☎79-2536
9月27日(日)~10月3日(土)	共栄管工(株)	☎79-5254
10月4日(日)~10月10日(土)	(株)キタハラ	☎72-7418
10月11日(日)~10月17日(土)	(株)有賀水道	☎72-4017

給水装置工事・修理は、施工された原村指定工事店へ依頼してください。緊急の場合は、当番指定店でも相談に応じます。

資源物とごみの収集日

収集時間は、各地区により決められた時間となります。

可燃ごみ	払沢、柏木、菖蒲沢、室内	毎週月・木曜日
	大久保、柳沢、ハッ手、ペンション、原山、農場、中央高原	毎週火・金曜日
不燃ごみ	やつがね、判之木、南原、上里、中新田	毎週水・土曜日
	各地区 指定箇所	毎週水曜日
資源物	役場駐車場	9月26日(土) ▶午前7:30~ 午前10:30
	各地区 指定箇所	10月8日(木)
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受入日	9月20日(日) ▶午前9:00~正午
	払沢、中新田	11月30日(月)
	大久保、柳沢、ハッ手	12月7日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原	12月14日(月)
	判之木、上里、ペンション、原山、農場	12月21日(月)

野焼き・不法投棄は法律で禁止されています。ごみは適切に各地区指定箇所に出して下さい。

一般家庭系可燃ごみ排出量(H27.4月~7月)

※事業系ごみは除いてあります。 単位:kg

	一般収集	個人持込	可燃粗大	焼却移行量	率(%)
3市町村全体	4,333,550	377,290	25,890	7,703,990	100.0
原村分	383,630	5,940	6,120	558,780	7.3

1人1日あたりのごみ排出量 (g/人/日)	
3市町村全体	805g
原村	580g

今月の納税等

- ・固定資産税(3期)
- ・国民健康保険税(普通徴収6期)
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収6期)
- ・介護保険料(普通徴収6期)
- ・上・下水道使用料(7・8月分)

納期限・口座振替日……9月30日(水)

住民財務課窓口の時間延長

祝日を除く火曜日 午後7時まで
・9月15日・9月29日・10月6日・10月13日

人の動き

人口	7,907人	(+8)	・転入	31
・男	3,927人	(+3)	・転出	11
・女	3,980人	(+5)	・出生	4
・世帯数	3,125世帯	(+4)	・死亡	15
			・その他減	1

平成27年8月末現在。()内は前月末比。

保健・福祉の掲示板

原村地域福祉センター ☎保健福祉課 ☎79-7092
原村診療所 ☎79-2716

みどりの健康館

楽しく、しっかりと、防災対策

こんにちは、診療所の小澤廣記です。お盆が終わり、急に秋の気配を感じるようになってきましたね。唐突ですが、9月1日は何の日かご存知でしょうか。正解は防災の日で、関東大震災にちなんでいます。ここ原村では8月30日に防災訓練が行われる予定です。原村診療所でも準備を進めているところです。(原稿は8月中旬に執筆)

原村は災害が少ないと知られていますが、平時からの備えを怠らないことが大切です。そして、せっかくやるなら家族みんなで楽しく対策をしましょう。近くの避難所(原小学校や各地区の公民館)まで、散歩のようにルートを確認するのも良いですね。運動をする習慣にもなります。家で一晩電気を使わずに、ろうそくやランタンで暮らしてみるのもキャンプのようで素敵です。

医師として強調したいのは、ふだんの持病やお薬の情報(既往歴・薬剤歴)の携行です。緊急時に適切な医療を受ける際に重要となります。原村診療所ではご希望の方に、既往歴と薬剤歴などをお書きした緊急時カルテをお渡ししますので、お気軽にお申し出ください。保険証・おくすり手帳などと一緒に保管していただき、災害時はもちろん、病院を救急受診する際などに提示するようにしてください。

【まとめ】
□日頃から楽しくしつかり災害時への備えを。
□災害時のための緊急時カルテをお作りします。
お申し出ください。

原村国保診療所 小澤廣記

原村診療所

区分	月	火	水	木	金
午前 受付 8:30~ 11:30 診療 9:00~	安藤公二 小澤廣記	安藤公二 小澤廣記	第①③⑤週 奥知久	第①③週 井上憲昭	安藤公二 小澤廣記
			第②④週 安藤親男	第②④週 遠藤誠子	
午後 受付 1:30~ 4:45 診療 2:00~	安藤公二	安藤公二 小澤廣記	安藤公二 小澤廣記	休診	安藤公二 小澤廣記
				健康相談 (担当 看護師)	第①午後2~3時 漢方外来 長坂和彦

- 小澤廣記医師:諏訪中央病院 内科医
- 休診/土・日曜日、祝日、年末年始
- 木曜日午前は都合により変更する場合があります。お問い合わせ/☎79-2716(直通)

休日の当番医等 茅野・原地区医師会

期日	医科	薬局
9月20日(日)	尖石診療所 ☎71-6211	こびし薬局 ☎71-6202
9月21日(月)	桜井内科医院 ☎72-6010	オギノSCフジモリ薬局 ☎71-2578
9月22日(火)	原村診療所 ☎79-2716	フジモリ薬局はら店 ☎79-5751
9月23日(水)	往診クリニックちの ☎82-4104	けやき薬局 ☎82-2864
9月27日(日)	みうら内科クリニック ☎78-7710	てらさわ薬局 ☎78-7851
10月4日(日)	ちの皮フ科 ☎82-3210	ニコニコ堂薬局 ☎82-2525
10月11日(日)	上原内科小児科医院 ☎72-2636	ヤジマ薬局 ☎72-2342
10月12日(月)	ちの泌尿器科 ☎82-5000	薬局マツモトキヨシ上原店 ☎73-7177

諏訪地区小児夜間急病センター

- ・場所/諏訪市四賀2299-1
- ・診療日及び診療時間/毎日午後7時~午後9時
- ・診療科目/小児科(けがは除く・中学生以下)
- ・お問い合わせ/☎54-4699(よるきゅうきゅう)
- ※受診の際は、事前に電話で症状を伝えた上で、お越しください。

原村地域包括支援センターひだまり 65歳以上の方の総合相談窓口


- 本人、ご家族などごなたからの相談にも応じます。また、本人を中心に生活全般の課題解決に向け支援します。(例:生活、からだ、健康、介護、認知症、虐待、悪質商法、財産管理)
- ・場所/老人保健施設 さくらの内
 - ・お問い合わせ/☎70-1200
 - ・受付時間/月~金曜日 午前8時30分~午後5時
第1・4土曜日 午前8時30分~午後0時30分
※電話は24時間受け付けています。

『土砂災害110番』窓口(土砂災害に関する質問・相談)

- 諏訪建設事務所/☎57-2936
- ※平日と大雨洪水注意報・警報発令中に利用可能

☆つくりかた

レシピ124 お弁当シリーズ⑩ 豆腐のナゲット



★材料(4人分)

木綿豆腐.....1丁
鶏挽肉.....120g
玉ねぎ.....1/2個
長ねぎ.....5cm位
卵.....1個
片栗粉.....大さじ3
塩.....小さじ1/2
こしょう.....少々
揚げ油.....適量

①豆腐はペーパーなどにくるんで水気を切っておく。玉ねぎと長ねぎをみじん切りにしておく。

②材料を全て混ぜ合わせ、170℃位の油で揚げる。お好みでケチャップやマスタードをつけてお召し上がりください。

※油の温度が高すぎると、焦げて固くなってしまいますので注意してください。

一回メモ
豆腐と挽肉の割合を変えて好みの固さで作ってみてください。

保健福祉課 栄養士 田附愛衣

健康カレンダー

検診・健診	会場	地域福祉センター	受付	午後1時~午後1時15分
○胃・大腸検診	9月16日(水)、10月2日(金)	対象:30歳以上	受付(9月16日):午前7時~午前8時30分 受付(10月2日):午前7時30分~午前8時30分	
○3歳児健診	9月18日(金)	対象:H24年8・9月生		
○乳児検診	9月29日(火)	対象:H26年11月、H27年2・5月生		
○先天性股関節脱臼健診	10月14日(水)	対象:H27年5・6・7月生		
相談	会場	地域福祉センター	受付	午後1時10分~午後1時20分
○2か月児相談	9月24日(木)	受付:午後1時10分~午後1時20分		
○育児相談	10月6日(火)	受付:午前9時30分~午前11時		

予防接種	会場	地域福祉センター	受付	午後1時15分~午後1時30分
○BCG	9月16日(水)	対象:生後5か月~1歳の誕生日前日		
○水痘	9月17日(木)、10月15日(木)	対象:生後12か月~3歳の誕生日前日		
○四種混合	10月1日(木)	対象:生後3か月~7歳半		
教室・学級				
○母乳学級	9月24日(木)	希望者(要予約)	受付:午後1時50分~	地域福祉センター
○離乳教室(11・12か月コース)	10月1日(木)	対象:H26年10・11月生	受付:午前9時45分~午前10時	中央公民館
○母親学級後期コース	10月3日(土)	希望者(要予約)	受付:午後1時15分~午後1時30分	地域福祉センター