



相 談

結婚相談

- ☎79-7922
- ▶日時…3月21日(日)
午後1時30分～午後5時
- ▶予約…2月19日(金)午後5時まで
- ▶担当…村結婚相談員

非行・犯罪相談

- ☎55-2786(要予約)
- ▶日時…3月26日(金)
午前10時～午後4時
- ▶場所…諏訪市公民館 302号室
- ▶担当…諏訪地区保護司会

無料電話相談

- ☎026-232-2110
- ▶内容…消費者・少額トラブル、相続、労働トラブル、社会法務、借地借家、夫婦・親子、成年後見、インターネットトラブルなど
- ▶その他…相談内容ごとの電話番号や相談時間については電話でお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。
- ▶担当…長野県司法書士会



65歳以上の方の総合相談窓口

- ☎70-1200
- ▶受付…24時間365日
- ▶内容…高齢者の皆さんが、安心して自分らしい生活が送れるように様々な面から支援します。
悩みごと、困りごと、なんでもご相談ください。
- ▶担当…原村地域包括支援センター
ひだまり
(老人保健施設さくらの内)

出張年金相談

- ☎23-3661(要予約)
- ▶日時…3月3日(水)
午前10時～午後3時
- ▶場所…富士見町役場3階 303会議室
- ▶担当…岡谷年金事務所職員

交通事故巡回相談

- ☎57-2902(要予約)
- ▶日時…3月11日(木)
午前10時～午後3時
- ▶場所…諏訪地域振興局
- ▶担当…長野県交通事故相談所 相談員

無料法律相談

- ☎79-7927(要予約)
- ▶日時…3月12日(金)
午後1時～午後5時
- ▶場所…中央公民館
- ▶担当…長野県弁護士会諏訪在住会

若者のためのメール相談

- ☎0263-27-5010
- ▶内容…就職や職場の悩みの相談(44歳まで)
- ▶メール相談…次のページの専用フォームからメールカウンセリングが受けられます。
(<https://www/jobcafe-shinshu.pref.nagano.lg.jp>)
- ▶担当…若年者地域連携事業推進センター

南信交通災害共済 に加入しましょう

※令和3年度から、掛金が安くなります。

南信交通災害共済とは、南信地域21町村で運営する交通事故(人身事故)に対する見舞金制度です。

加入者が交通事故により怪我等をした時に見舞金をお支払いします。また、自動車保険等の保険金と併せて受け取ることも可能です。

- ▶加入できる方:当村に住民登録をしている方(自宅を離れて在学している扶養親族も可)
- ▶加入方法:各戸に郵送した加入申込書と、掛金を持参して建設係までお越しください。申込書を紛失した場合は、窓口にてご相談ください。
- ▶掛金:1人年額200円(6月以降途中加入の場合は月額20円)
- ▶対象となる事故

- ①入院または通院を伴う、警察に届け出を行った事故。
 - ②同乗中・歩行中の交通事故、自転車での単独事故。お子さんの通学時に安心です。
- ※個別の事例は、担当までご相談ください。

- ▶当村独自の補助:18歳未満のお子さんは、村が掛金の全額を補助します。ただし、お子さんのご家族が加入していることが条件です。

※掛金の口座自動引き落としが可能です。窓口でご相談ください。

☎建設水道課 建設係
☎79-7921(直通)

原村奨学金

経済的理由によって高等学校及び高等専門学校の修学が困難な方に、次の条件で奨学金を支給します。

希望される方は、4月23日(金)までに子ども課教育総務係又は、原中学校へご相談ください。

- ▶支給額:1人につき月額1万円以内
- ▶支給期間:高等学校等における正規の修学期間内
- ▶申請手続:学校長の推薦を受け、所定の書類を提出してください。

※従来の貸与型奨学金制度をご利用の方の償還は継続されますのでご了承ください。

☎子ども課 教育総務係
☎79-7920(直通)

社会体育館

- 少年スポーツサッカー教室
○3/6回
○3/20回(閉講式)
社会体育館/午前9時～
- ファミリースポーツデー
○3/13回
社会体育館/正午～午後5時
- 第41回原村バスケットボール大会
○3/14回
社会体育館/午前8時30分～
- テニス教室
○3/14回 ○3/21回
○3/28回(閉講式)
社会体育館/午後7時～
- 筋力アップ教室
○3/25回
社会体育館/午後7時30分～
- ☎社会体育館
☎79-4922(直通)

固定資産の縦覧

村内に土地又は家屋を所有する固定資産税の納税者の方は、固定資産課税台帳を基に作成される「土地価格等縦覧帳簿」、「家屋価格等縦覧帳簿」を縦覧することができます。

▶縦覧期間・時間:4月1日(木)～4月30日(金)(土・日曜日、祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分

▶縦覧できる方:村内に土地又は家屋を所有する固定資産税の納税者の方(非課税及び免税点未満の土地や家屋のみを所有の方は、納税者でないため縦覧できません。また土地のみの納税者は家屋価格等縦覧帳簿を、家屋のみの納税者は土地価格等縦覧帳簿を縦覧することができません。)

なお、申請の際には本人確認をさせていただきますので、窓口で身分証明書(運転免許証、健康保険証等)の提示をお願いします。

▶縦覧場所:役場1階住民財務課 税務係窓口

☎住民財務課 税務係
☎79-7923(直通)

中央公民館

- あひるクラブ
○3/3回
中央公民館/午前10時～
- はらむら塾⑪
○3/21回
中央公民館/午後1時30分～
- 春休み子ども映画会
○3/22回
中央公民館/午前10時～
- ☎中央公民館
☎79-7940(直通)

第16回むらづくり ふれあいトーク

当村をより良くするための提案をみなさんから募集しています。村長に直接提案してみませんか。希望者は事前にお申込みください。

- ▶日時:3月19日(金)
午後1時30分～午後6時30分
- ▶場所:役場2階村長室
- ☎総務課 総務係
☎79-2111(内線231)

原村医療費特別給付金 申請書の受付期間

令和2年4月診療分から、原村医療費特別給付金の申請期間が診療月の翌月から6か月となりました。

※申請の起算日は、診療を受けた月からです。領収書を受け取った日ではありませんので、ご注意ください。

また、申請書も診療を受けた月ごとに1枚の提出をお願いします。

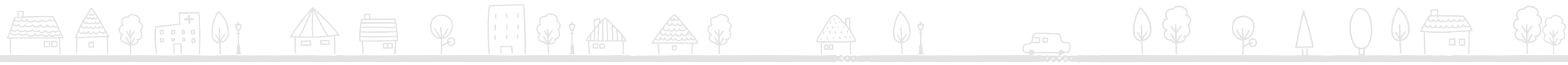
☎保健福祉課 医療給付係
☎79-7926(直通)

戦没者等遺族に対する 特別弔慰金の支給

戦没者等の死亡当時のご遺族で、要件に該当する方お一人へ特別弔慰金が支給されます。

▶特別弔慰金:額面25万円、5年償還の記名国債

- ▶請求期間
令和5年3月31日(金)まで
- ▶請求窓口:保健福祉課 福祉係
- ☎保健福祉課 福祉係
☎79-7092(直通)



「新型コロナウイルス感染症対策長野県民手帳」のアプリ版が完成(行動記録アプリ「どこキャッチ」)

「どこキャッチ」とは

スマートフォンのGPS(衛星利用測位システム)機能を活用して、自身の移動したルートをGoogleMapの地図上に線で表示します。

県との連携により拡充された機能

「新型コロナウイルス感染症対策長野県民手帳」をベースに、次の3つの機能がスマートフォンで利用可能です。

①行動履歴および体調記録機能

行動経路および、15分以上滞在した場所の履歴が残るほか、アイコンやメモなどで行動内容や体調管理の記録が可能です。2週間分の記録が保存でき、自身の記憶だけに頼らず行動履歴管理が可能です。

②新型コロナウイルス感染症対策長野県民手帳【ウェブ版】リンク機能

アプリを介して簡単にコロナ対策手帳の情報が、閲覧できます。

③情報通知機能

重要なメッセージやコロナ対策手帳の更新内容などのお知らせが、受け取れます。

その他

利用料は無料です。

個人情報の管理及びシステム運用については、株式会社パスカルの責任の下に行われています。



④どこキャッチについて

株式会社パスカル
☎0267-66-1991



住民の皆さまへ

○不要不急の外出は控えてください。特に、感染が拡大している地域への往来は控えてください。

○感染防止の3つの基本(身体的距離の確保、人混みや会話の場面でのマスク着用、手洗い・手指消毒)を徹底してください。

○クラスター(集団感染)発生リスクが高い「3つの密」を回避し、毎日の健康チェックを実施してください。

☎総務課 総務係
☎79-2111(内線233)



原村 地域おこし協力隊 活動報告のコーナー

長い冬も半ば過ぎ、春の訪れが待ち遠しい今日この頃ですが、いかがお過ごしですか。原村は聞いていたおりに寒さが厳しいけれど、冬ならではの楽しみや美しい景色にあふれているということをつくづく感じています。

この冬、第一ペンションの朝市広場で開催されていた星空のイルミネーションはご覧になりましたでしょうか?住民の皆さんが力を合わせて準備から設営まで手掛け、見事に完成させた手づくりの作品。村

みなさん、こんにちは!

このコーナーでは、地域おこし協力隊の活動報告を行います。よろしくお願いします。

の中高生もプログラミングに関わり、光と音が連動する素晴らしい仕掛けが隠されていました!私もほんの少しだけ設置のお手伝いをさせて頂きましたが、都会の大きな遊園地より何倍も価値あるものだと思います!

今シーズンの点灯は好評につき2月末まで延長されましたが、もし見逃してしまった方は右記facebookからとても素敵なプロモーション動画が見られますので、ぜひご覧になってみて下さい☆



イルミネーション会場



実行委員会facebook

地域おこし協力隊員 岡崎 苗美

自動車の抹消 名義変更の手続きはお済ですか?

自動車税種別割は、4月1日現在の自動車登録名義人に課税され、その年度一年分を納めていただきます。使用しなくなった場合や譲渡等をしたときは、抹消や名義変更登録の手続きを3月31日までに完了してください。手続きが3月31日までに完了しないと令和3年度の自動車税種別割は変更前の名義人に課税されますので、早めに手続きをしましょう。

☎県庁 税務課
☎026-235-7051

知らないで損する!? 知ってみよう! 男女のトリセツ

男性脳と女性脳は、感性と感受性が違う?違いを知り、お互いを活かし合える関係性を学びます。3会場とも、DVD講演を行います。

▶日時:3月19日(金)

岡谷会場:午前10時から正午

諏訪会場:午後2時から午後4時

茅野会場:午後7時から午後9時

※各会場については、お問い合わせください。

▶講師:黒川 伊保子 氏

▶申込方法:QRコード又は電話

▶その他:各会場、未就学児を先着5人まで託児することができます。登録時にお申込みください。

☎(公社)諏訪圏青年会議所

笑顔伝心委員会(担当:倉嶋)

☎080-5109-4759



四季の野鳥展 ~諏訪・八ヶ岳山麓から~

60余年の歴史を刻む日本野鳥の会諏訪支部会員の撮影した写真を通して諏訪地域・八ヶ岳山麓に生息する数多くの野鳥たちの生態と小鳥の生きた表情に迫る写真作品を展示いたします。そこには、野鳥たちの過酷な生存競争や愛に包まれた様々な生態とドラマ、あるいは人間による自然環境への侵襲と、闘いあるいは順応しながら生き延びてゆく、野鳥たちのたくましい姿がかいまみえてきます。

同展では、前支部長の林正敏氏の収集した美しい鳥の羽作品もあわせて展示いたします。

▶会期:3月25日(木)まで

諏訪地域の野鳥を観る 初心者向け野鳥観察会

▶日時:3月20日(土)午前9時~

▶講師:日本野鳥の会諏訪支部

▶内容:日本野鳥の会諏訪支部のみなさんといっしょに八ヶ岳美術館と近隣でバードウォッチングをしながら歩く自然観察会

▶定員:20名(要予約)

▶参加費:無料(入館料別途)

☎八ヶ岳美術館

☎74-2701(直通)

ひよこっこクラブ

諏訪中央病院のYouTubeチャンネルで「ひよこっこクラブオンライン」を公開しています。ベビーマッサージやスキンケアなどの育児に役立つ情報をお届けしています。

☎諏訪中央病院 小児産科女性病棟

☎72-1000

片田好美水彩画展 「森と生きる」ミニギャラリー

水彩画家片田好美画文集「森と生きる」第2集の出版を記念し、本の原画を6点展示するミニギャラリーをエントランスで開催しています。

▶会期:3月25日(木)まで

▶その他:無料で鑑賞できます。

☎八ヶ岳美術館

☎74-2701(直通)

「ボランティア祭り」 ページ公開 オフライン上映会

村から受託している、地域福祉事業の一環として開催を予定していた「ボランティア祭」をオンラインで開催します。

原村ボランティア連絡協議会の登録団体・個人の有志の皆様からビデオメッセージを集めて社会福祉協議会のホームページから再生できるページを作成しました。インターネットが使える方は村民のみならず、好きな時間・好きな場所から自由に視聴することができます。

また、インターネットが難しいけれど見たい!という方の為に、上映会を開催します。

参加される方は、マスクの着用をお願いします。

▶日時:3月12日(金)

午後2時~午後3時

▶場所:原村地域福祉センター 多目的ホール

▶定員:20名(先着順)

▶参加費:無料

☎原村社会福祉協議会

☎79-7228





TEL 70-1500
FAX 79-7000

開館時間：午前10時～午後6時15分
休館：毎週月曜日、祝日、3/26

図書館からのお知らせ

- 図書館おたのしみ会
日時/3月3日(水)午後4時～
内容/絵本の読み聞かせ、紙芝居、本の紹介など
※図書館司書によるおはなし会です
- ボランティアグループ「やまんば」によるおはなし会
日時/3月13日(土)午前10時30分～
内容/絵本の読み聞かせ、素話など
- 子どもとしょかんボランティア“のこのこ”募集
図書館まつり、おたのしみ会、クリスマス会などのお手伝いをして
くれる小中学生を募集しています。興味のある方はご連絡ください。

諏訪地域
公共図書館情報
ネットワーク「すわズラー」
ご自宅のパソコンから、諏訪地域 6
市町村の図書館資料検索・予約（要登
録）ができます。
(https://www.libnet-suwa.gr.jp)



だより
図書館
Library
Information

新着図書

※紹介本表紙掲載については、出版社の許諾済みです。(TRCマークより)



雪のなまえ
村山由佳(徳間書店)

不登校の小学5年生・雪
乃は、会社を辞めて1ターンし
た父と長野で暮らし始める。
胸に抱える苦しい思いを吐き出すことがで
きない雪乃。そんな雪乃の心を溶かしてくれ
たのは…。



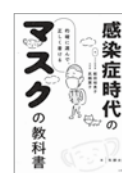
ライト・スタッフ
山口恵以子(潮出版社)

照明技師の世界へ飛び込
んだ一人の気弱な青年・五堂
顕。彼はスター俳優や名監督
たちの想いに触れ、やがて一流の「ライト・ス
タッフ」へと成長していく。映画全盛期の
熱き照明技師たちの物語。



鎌田式「にもかかわらず」
という生き方
鎌田實(宝島社)

高齢になった“にもかかわ
らず”、病気になった“にもか
かわらず”、お金に悩んでい
る“にもかかわらず”…。人生
を好転させるマジックワード「にもかかわら
ず」の極意を伝える。何歳になっても楽しく
過ごせるヒントが満載。



感染症時代の
マスクの教科書
飯田裕貴子・眞鍋葉子(小学館)

マスクは、自分を守り、周り
の人も守るもの。マスク研
究家・飯田裕貴子と内科医・
眞鍋葉子が、マスクの基本
と最新情報を写真やイラストを交えてわか
りやすく解説。ウイルスから身を守る方法も
伝える。



ゆうこさんのルーベ
多屋光孫 文・絵(合同出版)

ゆうこさんは、生まれたとき
から目がよく見えません。大好
きな本を読むときは、いつも「ル
ーベ」をつかいます。ゆうこさん
の「ルーベ」が不思議で仕方ないはやたくんは
…。実話をもとにした、障害とは何かを身近に考
える絵本。



みそしるをつくる
高山なおみ文 長野陽一写真
(ブロンズ新社)

おだしは体にしみわた
る。おだしにおみそが入っ
たら、もっともつと、いい
よ。それがみそしる。子どもたちがひとりでも作れる
よう、油あげと豆腐のみそしるの作り方を紹介し
た写真絵本。

子どもたちの健康のために

1月25日、諏訪大社ロータリークラブから当村に寄附金
をいただきました。

同クラブの数納会長は「新型コロナウイルス感染症対
策に役立てていただきたい」と話されました。

五味村長は「子どもたちの生活する環境で感染が広が
らないか、とても緊張している。子どもたちの感染症対策
に活用したい」と感謝を述べました。



子ども子育て支援センター説明会

1月29日、役場で原村子ども子育て支援センター建設
基本計画説明会を開催しました。

参加者からは、施設や運営についての質疑や提案が出
されました。

今後、説明会や2月15日までに寄せられたパブリックコ
メントでのご意見を基に本計画を進めていきます。



協力を依頼～第1回行政嘱託員会議～

1月8日、第1回行政嘱託員会議を開催しました。

令和3年の各区・自治会へ嘱託事務の説明と協力を依
頼しました。

なお、令和3年の正副区長・自治会長は、次のみなさん
です。(敬称略)

	◎区長会会長	○区長会副会長
区 長	代理区長	
大久保区	牛山 弘和	牛山 一
柳沢区	清水 智	後藤 敏夫
ハッ手区	行田 喜信	行田 順一
払沢区	日達一二三	永井 洋一
柏木区	津金 孝明	清水 弘之
菖蒲沢区	平林 正光	時田 一弘
室内区	平林 明	小林 四郎
中新田区	◎小林 幹太	菊池 磯八
南原区	○堀内不可止	伊藤 和子
判之木区	宮坂 隆	濱 利恭
上里区	北田耕一郎	佐々木公司
農場区	安藤 翔太	古澤 秀穂
やつがね区	小松 剛	伊藤 宏文
ペンション区	小笠原 理	渡辺 伸
原山自治会	鵜飼 和仁	鈴木 典和

完成！～村初のワイン～

1月20日、原ぶどう会の方がワインの完成報告と完成し
たワインの贈呈に来庁されました。

会長の松井茂さんは「村でもワインができると証明で
きた。若い世代の選択肢を広げたかった」と話されました。

五味村長は「若い世代の良い刺激となる。今後の取り組
みも楽しみにしている」と話しました。



おらが村の足跡 68

おんげんにし
～恩膳西遺跡～

今回は柏木地区に所在する恩膳西遺跡を紹介します。

恩膳西遺跡は柏木地区の北東、東から西へ緩やかに
傾斜する八ヶ岳尾根筋の尾根上から南斜面に立地しま
す。旧石器時代・縄文時代・平安時代の複合遺跡で、同じ
尾根上の西隣・程久保遺跡(令和2年9月号参照)とは同
一の遺跡と考えられています。ほ場整備の他、昭和62年
度にライスセンター、平成5年に育苗センター、平成6年に
堆肥センターが建設され、それぞれの工事に先立ち発掘
調査が行われました。

縄文時代までを見てみると、旧石器時代の石器、縄文
時代早期～後期の土器破片・石器、縄文時代前期の竪
穴住居1軒、小竪穴44基などが見つかり、規模は
小さいものの、村内では数少ない旧石器時代・縄文時代
前期の遺跡として注目されます。平安時代では竪穴住居
址9軒、鍛冶址1基、墓壇1基、小竪穴などが発見され、鍛

冶炉や鉄滓、金肌(鍛鉄を行う際に飛び散る薄い鉄片)
など鍛冶に関連する資料が数多く見つかりました。住
居は程久保遺跡と併せて32軒を数え、数軒ずつ数時期
に分かれて営まれたものの、規模の大きな集落が想定さ
れます。鉄製品の出土例は少ないですが、これは集落を
遺棄するにあたり貴重品であった鉄製農具は持ち去った
ためと考えられます。平安時代にこの地方を開拓した人々
にとって、鉄製農具の使用は大きな原動力でした。

今回紹介した遺跡の出土品は現在、役場1階の村民
ホールに展示してありますので、役場にお越しの際は、ぜ
ひご覧ください。



焼土が残るカマド(第5号住居址)



底に糸切痕が残る土師器

松森 多恵
問 生涯学習課 文化財係 ☎79-7930(直通)

上水道当番指定店

3/1(月) - 3/7 (日)	(有)森山建設	☎79-5730
3/8(月) - 3/14 (日)	(有)山手工業	☎79-6667
3/15(月) - 3/21 (日)	(有)篠原鉄工建設	☎79-2421
3/22(月) - 3/28 (日)	(株)宮坂建設	☎79-2536
3/29(月) - 4/4 (日)	共栄管工(株)	☎79-5254

給水装置工事・修理は、施工された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。

今月の納税等

- ・国民健康保険税(普通徴収12期)
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収12期)
- ・介護保険料(普通徴収12期)
- ・水道料金・下水道使用料1・2月分

納期限・口座振替日 … **3月31日(水)**
問 住民財務課 税務係 ☎79-7923(直通)

今月の施設のお休み

- 役場**
☎79-2111 土曜日、日曜日、祝日
- 地域福祉センター**
☎79-7092 土曜日、日曜日、祝日
- 保健センターそよかぜ**
☎75-0228 土曜日、日曜日、祝日
- 原村診療所**
☎79-2716 土曜日、日曜日、祝日
- 中央公民館**
☎79-7940 土曜日、日曜日、祝日
- 社会体育館**
☎79-4922 火曜日
- 図書館**
☎70-1500 月曜日、祝日、3/26
- ハケ岳美術館**
☎74-2701 3/26-31
- ハケ岳自然文化園**
☎74-2681 火曜日、3/22
- もみの湯**
☎74-2911 3/17

ごみの収集日と排出量

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
	やつがね、判之木、南原、上里、中新田	毎週水・土曜日
不燃ごみ	各地区 指定箇所	毎週水曜日
資源物	役場駐車場	3月27日(土) ▶午前7:30～ 午前10:30
	各地区 指定箇所	3月11日(木)
粗大ごみ	南諏衛生センター 粗大ごみ受入日	平日 ▶午前9:00～ 午後4:30 3月21日(日) ▶午前9:00～正午
	払沢、中新田	3月8日(月)
	大久保、柳沢、ハッ手	3月15日(月)
	柏木、室内、菖蒲沢、やつがね、南原	3月22日(月)
	判之木、上里、ペンション、原山、農場	3月29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。

ごみの排出量(4月～12月)					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	9,767,580	944,110	74,220	16,453,450	100.0
原村分	959,070	23,890	18,360	1,329,780	8.0

1人1日あたりのごみ排出量 (g/人/日)
3市町村全体 769g 原村 602g

問 建設水道課 環境係 ☎79-7933(直通)

災害時に役立つパッキング！

ポリ袋（130度耐熱）を使ってでき、洗い物もほとんど出ないエコな調理法です。
ガスや水道、電気などライフラインが使えなくなっても、カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば一度に何種類もの簡単な食事を作って食べることができます。



レシピ191
鶏肉入りひじきごはん

材料（1人分）

- お米 50g
- 水 75g
- 芽ひじき 2g
- 鶏もも肉 25g
- 人参 10g
- 油揚げ 5g
- 醤油 小さじ1強
- みりん 小さじ1/3
- 酒 小さじ1/2
- 顆粒だし 小さじ1/8

※ポリ袋を使用（半透明もの、130度耐熱）・袋の中の空気はしっかりと抜く・根元で縛らない・欲張らない・味付けは薄めに…
保健福祉課 管理栄養士 野澤 愛子

- 作り方
- ①米は研ぎ分量の水に浸漬させておく（30分）。ひじきは水で戻す。鶏肉は一口大、人参と油揚げは2～3cmの千切りにする。
 - ②ポリ袋に調味料を入れ合わせ、米と水を入れる。上に残りの具材を入れて空気を抜いて上部で口を結ぶ。
 - ③沸騰した鍋に②を入れて中火で約30分加熱し、取り出す。

健康カレンダー

検診・健診 会場 保健センター 受付 ご案内した時間

- 2歳児歯科検診**
3月2日(火) 対象:H30年12月、H31年1・2月生
- 3歳児健診**
3月19日(金) 対象H30年2月～4月1日生
- 乳児健診**
3月30日(火) 対象R2年5・8・11月生

相 談 会場 保健センター

- 育児相談**
3月9日(火) 対象:希望者
受付:午前9:30～午前11:00
- 精神保健相談(要予約)**
3月9日(火)
- 2か月児相談**
3月24日(水) 受付:午後1:00～午後1:15

教室・学級 会場 保健センター

- 離乳食教室(8・9か月コース)**
3月4日(木) 対象:R2年6・7月生
受付:午前9:45～午前10:00
- 母親学級後期コース(要予約)**
3月13日(土) 対象:希望者 受付:午後1:15～午後1:30
- 母乳学級(要予約)**
3月24日(水) 対象:希望者 受付:午後1:50～

予防接種 会場 保健センター 受付 午後1:15～午後1:30

- BCG**
3月3日(水) 対象:生後5か月～1歳の誕生日前日まで
- 水痘**
3月5日(金) 対象:生後12か月～3歳の誕生日前日まで
- 四種混合**
3月11日(木) 対象:生後3か月～7歳半に至るまで

みどりの健康館 ～今こそ禁煙をスタートしましょう！～

喫煙していると免疫力が低下するため、新型コロナウイルスやインフルエンザ、肺炎などの感染症にかかりやすくなるとされています。このことについてWHOは「喫煙者が新型コロナウイルスに感染した場合、非喫煙者に比べ、より深刻な病状につながる可能性が高い」と具体的な声明を出しています。また、喫煙スペースでの喫煙行為自体が3密を招きやすいため、より感染リスクが高くなります。これもまさに、今、禁煙が必要とされている理由の一つです。禁煙によるメリットは他にも、肌の老化防止、薄毛の防止、お金の節約、火災リスク防止など様々あります。

吸わない人への配慮も重要です。タバコから出る煙（副流煙）は、喫煙者が直接タバコから吸う煙（主流

原村国保診療所

区 分	月	火	水	木	金
午 前 受付 8:30～ 11:30 診療 9:00～	濱口 實 片岡 祐	片岡 祐 石川直樹	片岡 祐 石川直樹	遠藤誠子 松本夏実	濱口 實 久保成彦
午 後 受付 1:30～ 4:45 診療 2:00～	濱口 實 石川直樹	休診 健康相談 (担当看護師)	八代敏嗣 片岡 祐 濱口 實	毎週 片岡 祐 石川直樹 第①週 奥 知久	濱口 實 石川直樹

- 都合により担当医が変更となる場合があります。
 - 石川医師の診療は、3月26日(金)で終了します。
- 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
3月7日(日)	リバーサイドクリニック ☎72-7010	りんどう薬局 ☎73-9285
3月14日(日)	矢嶋内科医院 ☎72-2048	のぞみ薬局 ☎73-7680
3月20日(土)	土橋整形外科歯科医院 ☎72-3226	矢崎薬局/はるも薬局 ☎73-6868/78-7762
3月21日(日)	細田眼科医院 ☎71-2727	ピーナス・フジモリ薬局 ☎78-7732
3月28日(日)	原村診療所 ☎79-2716	フジモリ薬局はら店 ☎79-5751

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と上で、お越しください。