☐ SUNDAY	月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	± SATURDAY
			1	2	3	4
				健診・がん検診(要予約) 9:00~10:30(個別案内) 健康増進センター ☎(82)7742		
5	6	7	8	9	10	11
休日当番医 9:00~12:00 大貫眼科医院·上戸 ☎(82)0017			子育て相談(乳幼児身体計測日) 10:00~11:00(予約制) こころの健康相談室 13:30~16:00(予約制) 健康増進センター☎(82)7742		絵本紹介 (予約制) 10:30~11:00 すずキッズランド☎(82)5479	健診・がん検診(要予約) 9:00~10:30(個別案内) 健康増進センター ☎(82)7742
12	13 スポーツの日	14	15	16	17	### ### ### ### ### #################
休日当番医 9:00~12:00 なかたに医院・上戸 ☎(82)8333	休日当番医 9:00~12:00 はしもとクリニック・崎山 ☎(62)8300	ぴこちゃん広場「おやこあそび」 10:30~11:00(予約制) すずキッズランド☆(82)5479	つみきカフェ 10:00~11:00(予約制) (対象:妊産婦と乳幼児) 健康増進センター☎(82)7742	1歳6か月児健康相談 (対象:令和6年1月17日 ~ ~ 令和6年4月15日生まれ) ※受付時間は個別案内 健康増進センター☎(82)7742	楽しく♪おくさサイズ (予約制) 10:30~11:00 すずキッズランド☎(82)5479	☆(82)7742 キッズ広場 「ハロウィンワックスバー」 10:00~11:00(予約制) すずキッズランド☆(82)5479
19	20	21	22 5~6か月児相談 (対象:令和7年4月 ~令和7年5月生まれ、 受付時間は個別案内) 健康増進センター☎(82)7742	23	24 健診・がん検診(要予約) 9:00~10:30(個別案内) 健康増進センター ☎(82)7742	25 パパママ教室 13:30~15:30(予約制) 健康増進センター☎(82)7742
休日当番医 9:00~12:00 田中クリニック・野々江 ☎(82)0500		ぴこちゃん広場「せいさくあそび」 10:30~11:00(予約制) すずキッズランド☎(82)5479	親子ふれあい講座 「ママとベビーのスキンシップセラピー」 10:00~11:00 すずキッズランド☎(82)5479		親子で運動あそび (予約制) 10:30~11:00 すずキッズランド☎(82)5479	に こうさく広場[キャップのしおり] 10:30~11:00(予約制) すずキッズランド☎(82)5479
26	27	28	29	30	31	



升谷医院·松波

☎(72)1151

休日当番医 9:00~12:00

すずキッズランド からのお知らせ

イベントへ参加を希望される方は、珠洲市子どもセン ター「すずキッズランド」までお申し込みください。

○キッズ広場「ハロウィンワックスバー」 18日(土)10:00~11:00 [講師] 古畑 峰花さん 対象は小学生です。(先着8名) 参加費は100円です。

- ○ぴこちゃん広場 各日10:30~11:00 14日(火) おやこあそび 「秋のうたとふれあい遊び」 21日(火) せいさくあそび 「ハロウィンバッグ」 対象は乳幼児とその保護者です。(先着8組)
- ○こうさく広場「キャップのしおり」 25日(土)10:30~11:00 対象は小学生で、参加無料です。(先着8名)
- ○親子ふれあい講座 「ママとベビーのスキンシップセラピー」 22日(水)10:00~11:00 [講師]健康運動指導士 加藤 美紀さん 衣服の上から赤ちゃんへのタッチケアママへの ストレッチーズなど 対象は乳幼児とその保護者です。(先着8組)

★毎月のイベント★ (対象:乳幼児親子)

- ○絵本紹介 … 毎月第2金曜日(今月は10日) 図書館司書によるおすすめ絵本の紹介、たんぽぽさん による絵本の読み聞かせなど。(親子8組)
- ○楽しく♪おくさサイズ … 17日(金) 奥佐 理学療法士によるストレッチ講座
- ○親子で運動あそび … 24日(金) スポーツ推進員による親子ふれあい遊び、ママのため のストレッチなど
- ○えいごであそぼう… 毎月第4火曜日(今月は28日) 国際交流員による手遊びや歌、絵本の読み聞かせなど

★毎月の募集★

○小学生イラスト

10 月から、いしかわ子ども交流センター七尾館は 地震被害の修繕工事に入ります。 その間イラスト募集はお休みになります。

間珠洲市子どもセンター「すずキッズランド」 毎週月~土曜日 8:30~17:00 ☎(82)5479

すずキッズランドホームページ https://www.city.suzu.lg.jp/site/library/list12.html ▶ 🗖 🔭



6 6

えいごであそぼう

すずキッズランド**☎**(82)5479

◎人権相談

相談員

◎行政相談

日時

法

身近な

日 時 14日(火) 9:00~12:00 健康増進センター

行政相談委員自宅(希望があれば出張相談可)

先着5組までで、予約順に時間が決まります。

前日、正午までに下記へ予約が必要。

17日(金)13:30~16:00(社会福祉協議会)

金沢弁護士会では、地震や豪雨災害の被災者を対象とし

井舟 昌全さん(若山町)

相談員 唐澤正さん(飯田町) ☎(82)0770

(珠洲市産業センター3階会議室)

電話または面談

日 時 10日(金)13:30~16:20

園金沢弁護士会 ☎076(221)0242

前日までに予約が必要。

受付時間 10:00~16:00(12:00~13:00は除く)

○こころの健康相談(10日午前中までに予約が必要)

※土日、祝日を除く

問金沢弁護士会 ☎076(221)0242

日 時 16日(木)15:00~17:00

間社会福祉協議会 ☎(82)7751

た無料電話相談を行っています。

電話番号 080(8995)9483

◎無料法律相談①(予約制)

◎無料法律相談②(予約制)

◎弁護士による無料電話相談

10:30~11:00

当 和田 侑也 精神科医師 間能登北部保健福祉センター ☎0768(22)2012

所 能登北部保健福祉センター珠洲地域センター

健康連動教室

~ すず健やか事業参加者が対象です ~

健康チェックがありますので、開始10分前までに集合し てください。申し込みは不要です。

みなさんお誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。 ※体調が悪い方は参加をお控えください。

3日(金)、7日(火)、10日(金)、14日(火)、 17日(金)、21日(火)、24日(金)、28日(火)、

31日(金) ■開催時間 13:30~14:30

所 <u>健康増進センター</u>

■その他 開催内容の詳細は右記二次元 コードから珠洲市ホームペ-ジで確認できます。

■健康増進センター ☎(82)7742



*** 休日当番医について

医療機関の都合により、当番医が変更となって **国** いる場合があります。受診の際は能登北部医 いる場合があります。受診の際は能登北部医 師会ホームページ(右記二次元コード)にて最 新の情報をご確認ください。



◎心配ごと相談

日 時 1日(水)、8日(水)、15日(水) 9:00~12:00 場 所 健康増進センター

問社会福祉協議会 ☎(82)7751

◎断酒会(アルコール依存症の本人と家族が対象)

日 時 8日(月)14:00~15:00

所 能登北部保健福祉センター2階 待合室 圓能登北部保健福祉センター ☎0768(22)2012

○石川県交通事故相談(予約制)

交通事故から生じるさまざまな問題について、専門の相 談員が電話や面接で相談に応じます。

間 13:00~15:00(土日、祝日を除く)

場所の奥能登行政センター(のと里山空港ターミナルビル) ※予約がない場合は窓口を開設しません。

問石川県交通事故相談コーナー ☎076(225)1690

◎消費生活相談

時間 9:00~17:00(12:00~13:00は除く) ※新規相談受付は16時30分まで ※土日、祝日を除く

奥能登広域消費生活センター

(のと里山空港ターミナルビル) ・問奥能登広域消費生活センター ☎0768(26)2307

◎消費者ホットライン(電話相談)

時 間 平 日 9:00~17:00 土日、祝日 10:00~16:00

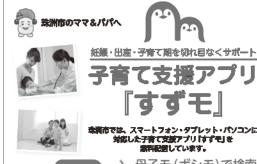
問消費者ホットライン ☎188

(最寄りの消費生活相談室につながります)

◎女性の人権ホットライン

→みんなの人権110番に統合

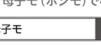
問みんなの人権110番 ☎0570(003)110 ダイヤル1





\ 母子モ(ボシモ)で検索! /

検索



※ダウンロード後、プロフィール登録で珠洲市内の郵





無料!

· —