




| 日 SUNDAY | 月 MONDAY | 火 TUESDAY | 水 WEDNESDAY | 木 THURSDAY | 金 FRIDAY | 土 SATURDAY |
|--|--|--|---|---|--|--|
| 1 休日当番医 9:00～12:00 田中クリニック・野々江 ☎(82)0500 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 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 | 7 |
| 8 休日当番医 9:00～12:00 小木クリニック・小木 ☎(74)1711 | 9 | 10 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 | 11 建国記念の日 休日当番医 9:00～12:00 小西医院・正院 ☎(82)6800 | 12 | 13 絵本紹介(予約制) 10:30～11:00 すずキッズランド☎(82)5479 | 14 キッズ広場「テディブーケ」(予約制) 10:00～11:00 すずキッズランド☎(82)5479 |
| 15 休日当番医 9:00～12:00 升谷医院・松波 ☎(72)1151 | 16 | 17 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 | 18 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 | 19 3歳児健康診査 (対象:令和4年8月1日～令和4年10月31日生まれ) ※受付時間は個別案内 健康増進センター☎(82)7742 | 20 親子ふれあい講座「おくさサイズ特別編」(予約制) 10:00～11:00 すずキッズランド☎(82)5479 | 21 |
| 22 休日当番医 9:00～12:00 千間内科クリニック・宇出津 ☎(62)1001 | 23 天皇誕生日 休日当番医 9:00～12:00 大貫眼科医院・上戸 ☎(82)0017 | 24 えいごであそぼう 10:30～11:00 すずキッズランド ☎(82)5479 5～6か月児健康相談 健康増進センター(対象:令和7年8月、令和7年9月生まれ、受付時間は個別案内) 健康増進センター☎(82)7742 | 25 | 26 | 27 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 | 28 おりがみ広場「ちいさなギフトBOX」 10:30～11:00 すずキッズランド☎(82)5479 |



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。





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**「テディブーケ」
14日(土)10:00～11:00
講師は西茂美さんです。
対象は小学生で、参加費100円です。(先着8名)
- おりがみ広場**「ちいさなギフトBOX」
28日(土)10:30～11:00
対象は小学生で、参加無料です。(先着8名)
- ぴこちゃん広場** 各日10:30～11:00
6日(金) おやこあそび
「楽しいうたあそび」
17日(火) せいさくあそび
「ぼんぼりおひなさま」
対象は乳幼児とその保護者です。(先着8組)
- 親子ふれあい講座**「おくさサイズ特別編」
20日(金)10:00～11:00
内容は赤ちゃんの運動発達のステップを知り今日からできる関わり方を学ぼう!ほかです。
講師は健康増進センターの奥佐理学療法士です。
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** … 13日(金)
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。(先着8組)
- 親子で運動あそび** … 27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(先着8組)
- えいごであそぼう** … 24日(火)
国際交流員による手遊びや歌、絵本の読み聞かせなど(先着8組)

★**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っています。
その間イラスト募集はお休みになります。
☎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>▶





身近な相談

- ◎**人権相談** 10日(火) 9:00～12:00
会 場 健康増進センター
相談員 江端良和さん(三崎町)
- ◎**行政相談**
日 時 常時
場 所 行政相談委員自宅(希望があれば出張相談可)
方 法 電話または面談
相談員 唐澤 正さん(飯田町) ☎(82)0770
- ◎**無料法律相談①**(予約制)
日 時 13日(金)13:30～16:20
(珠洲市産業センター3階会議室)
27日(金)13:30～16:20(能登町役場)
先着5組までで、予約順に時間が決まります。
前日、16時30分までに下記へ予約が必要。
☎金沢弁護士会 ☎076(221)0242
- ◎**無料法律相談②**(予約制)
日時 20日(金)13:30～16:00(社会福祉協議会)
☎社会福祉協議会 ☎(82)7751
- ◎**弁護士による無料電話相談**
金沢弁護士会では、地震や豪雨災害の被災者を対象とした無料電話相談を行っています。
電話番号 080(8995)9483
受付時間 10:00～16:00(12:00～13:00は除く)
※土日、祝日を除く
☎金沢弁護士会 ☎076(221)0242
- ◎**こころの健康相談**(13日午前中までに予約が必要)
日 時 19日(木)15:00～17:00
場 所 能登北部保険福祉センター珠洲地域センター
担 当 和田 侑也 精神科医師
☎能登北部保健福祉センター ☎0768(22)2012




健康運動教室

～ 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。

- 開 催 日** 3日(火)、6日(金)、10日(火)、13日(金)
17日(火)、20日(金)、24日(火)、27日(金)
- 開催時間** 13:30～14:30
- 場 所** 健康増進センター
- 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ージで確認できます。

■健康増進センター ☎(82)7742



- ◎**心配ごと相談**
日 時 4日(水)、18日(水)9:00～12:00
場 所 健康増進センター
☎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 16日(月)14:00～15:00
場 所 能登北部保健福祉センター2階 待合室
☎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。
時 間 13:00～15:00(土日、祝日を除く)
場 所 奥能登行政センター
(のと里山空港ターミナルビル内)
※予約がない場合は窓口を開設しません。
☎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
場 所 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内)
☎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
☎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)



利用料金
無料!

妊娠・出産・子育て期を切れ目なくサポート

子育て支援アプリ『すずモ』

珠洲市では、スマートフォン・タブレット・パソコンに
対応した子育て支援アプリ「すずモ」を
無料配布しています。

＼ 母子モ(ボシモ)で検索! ／



母子モ

検 索

※ダウンロード後、プロフィール登録で珠洲市内の郵便番号を入力すると『すずモ』になります。



