

# 各種相談

## ◎ふれあい相談

10:00~15:00 高梁総合福祉センター  
**心配ごと相談・高齢者サービス相談** 9月19日(木)  
 10月17日(木)

**身体障害者相談** 10月3日(木)  
**福祉総合相談** 毎週月~金曜日(祝日は除く)  
 ※各相談窓口において随時相談に応じます。

■問い合わせ・相談予約  
 高梁市社会福祉協議会地域福祉課 (☎22)7243)  
 有漢支所 (☎57)3218) 成羽支所 (☎42)2005)  
 川上支所 (☎48)9770) 備中支所 (☎45)3131)

## ◎人権擁護委員によるなやみごと相談

10月1日(火) 9:00~12:00 市役所別館第4会議室  
 10月4日(金) 9:00~12:00 備中総合センター  
 10月9日(水) 9:00~12:00 川上総合学習センター  
 10月10日(木) 9:00~12:00 有漢保健センター  
 ■問い合わせ 岡山地方務局高梁支局 (☎22)2318)

## ◆全国一斉!法務局休日相談所◆

全国の法務局および岡山地方務局において、行政サービスの向上を図るため、「全国一斉!法務局休日相談所」を開設します。秘密は厳守しますのでお気軽にご相談ください。

日時 10月6日(日) 午前10時~午後3時  
 会場 岡山地方務局高梁支局

■問い合わせ 岡山地方務局高梁支局 (☎22)2318)

## 保健 備北保健所からのお知らせ

※下記の検査や相談はすべて予約制です。  
 事前に電話でご相談ください。

業務内容	実施日時
◇エイズ・性感感染症検査	9月25日(水) 13:00~14:00
◇B型・C型肝炎検査	10月23日(水) 13:00~14:00
◇骨髄ドナー検査登録	9月25日(水) 13:00~14:00 10月23日(水) 13:00~14:00
◇病態栄養相談	9月19日(木) 10:00~11:00 10月10日(木) 10:00~11:00
◇精神保健福祉相談	9月18日(水) 14:00~15:00 9月27日(金) 14:00~15:00 10月2日(水) 14:00~15:00 10月16日(水) 14:00~15:00

問・予約先 備北保健所備北保健課 (☎21)2836)

## ◎法律相談(予約制)

10月8日(火) 13:00~16:00 市役所別館第5会議室  
 ■問い合わせ・申し込み 市民課市民係 (☎21)0254)

## ◎行政相談

9月20日(金) 10:00~15:00 成羽公民館吹屋分館  
 10月4日(金) 9:00~12:00 備中総合センター  
 10月9日(水) 9:00~12:00 川上総合学習センター  
 10月10日(木) 9:00~12:00 有漢保健センター  
 10月18日(金) 10:00~15:00 成羽総合福祉センター  
 10月21日(月) 9:00~12:00 市コミュニティプラザ

■問い合わせ 市民課市民係 (☎21)0254)  
 各地域局地域振興課住民・まちづくり係

## ◆行政相談週間◆

総務省では、多くの人に行政相談を利用していたため、10月21日(月)~10月27日(日)までの一週間を「行政相談週間」と定めています。

なお、行政相談所を毎月開催していますので、国などの仕事やその手続き、サービスについての困りごとや苦情、ご意見、ご要望など、どんな小さなことでも結構ですでお気軽にご相談ください。

■問い合わせ 市民課市民係 (☎21)0254)

## ◎司法書士相談

10月1日(火) 10:00~16:00 成羽総合福祉センター  
 10月11日(金) 10:00~12:00 市役所別館第4会議室  
 ■問い合わせ 市民課市民係 (☎21)0254)

## ◎消費生活相談

9月17日(火) 10:00~15:00 市役所分庁舎会議室A  
 10月15日(火) 10:00~15:00 市役所別館第4会議室  
 ■問い合わせ 市民課市民係 (☎21)0254)

## ◎職業相談

月~金 8:30~17:15 高梁公共職業安定所  
 ■問い合わせ 高梁公共職業安定所 (☎22)2291)



# 子育て支援情報

## ◎はつらつ子育て教室

内容:子育てについての悩みや不安について、お母さん同士で語れる教室 ※託児ができません  
 テーマ:「離乳食をつくろう!」  
 対象:乳幼児の保護者 ※申し込みが必要です  
 10月2日(水) 10:00~11:30 成羽健康管理センター

## ◎親子で遊べる教室

内容:親子体操、親子遊び  
**ちびっこ広場**  
 対象:おおむね1歳~就学前の幼児  
 9月20日(金) 10:00~11:30 成羽健康管理センター  
 10月18日(金) 10:00~11:30 成羽健康管理センター

## あそびのひろば

対象:おおむね1歳~就学前の幼児  
 持参品:母子健康手帳  
 9月19日(木) 10:00~12:00 川上児童館

## 親子教室

対象:乳幼児  
 10月3日(木) 10:00~11:30 備中総合センター

## たのしい親子教室

対象:おおむね3歳~就学前の幼児  
 ※申し込みが必要です  
 14:30~15:10 (3~5歳)  
 10月1日(火) 高梁保健センター(和室)

## ◎育児相談

内容:身体測定、個別相談  
 持参品:母子健康手帳  
 対象:0歳~就学前の幼児  
 9月19日(木) 9:45~10:00 (受付) 川上児童館  
 9月20日(金) 10:00~10:30 (受付) 成羽健康管理センター  
 10月18日(金) 10:00~11:30 (受付) 子育て支援センター

## ◎ひよこ園(療育指導)

9月17日(火)、9月26日(木)、10月1日(火)、10月10日(木)、  
 10月24日(木) ※10月24日(木)は野外活動  
 10:30~14:45 高梁保健センター(和室)

■問い合わせ 健康づくり課母子保健係 (☎21)0228)  
 有漢地域局地域振興課 (☎57)3212)  
 成羽地域局地域振興課 (☎42)3213)  
 川上地域局地域振興課 (☎48)2200)  
 備中地域局地域振興課 (☎45)4512)

## ◎ゆう・ゆうひろば

場所:子育て支援センター  
 (順正高等看護福祉専門学校2号棟)  
**オープンスペース** 10:00~11:30  
 9月20日(金) 「赤ちゃんタイム」  
 27日(金) 「おしゃべりほっとタイム」  
 10月4日(金) 「もうすぐ祭りだ 準備をしよう」  
 10月11日(金) 「祭りだ!わっしょい」  
 10月18日(金) 「赤ちゃんタイム」  
 10月25日(金) 「戸外で遊ぼう」  
**サロン** 毎週月~金曜日(祝日除く) 10:00~16:00  
**家庭相談日** 9月26日(木)、10月3日(木)、10月15日(火)  
 ※保育士への相談やファミリーサポート事業の申し込み等は、  
 午前8時30分~午後5時15分まで受け付けています。  
 ■問い合わせ 子育て支援センター (☎22)2450)  
 子ども課 (☎21)0288)



## ◎母子相談

月・火・木・金 9:00~16:00 子ども課相談室  
 ■問い合わせ 子ども課子ども支援係 (☎21)0288)

## ◎家庭児童相談

月・火・水・金 9:00~16:00 子ども課相談室  
 ■問い合わせ 子ども課子ども支援係 (☎21)0288)

## ◎教育相談

月~金 9:00~17:00 教育委員会相談室  
 ■問い合わせ・電話相談 (☎22)7867)

## ◎子どもの心とからだの総合相談

9月19日(木) 13:00~15:00  
 10月10日(木) 13:00~15:00  
 ■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 (☎21)2835)

## ◎思春期(ひきこもり)相談

9月26日(木) 9:30~10:30  
 10月24日(木) 9:30~10:30  
 ■問い合わせ・予約先 備北保健所備北保健課 (☎21)2836)

## 子どもの病気 Q&A

### Q 熱さましの使いかたを教えてください!

A 熱さましの代表的なものとして、<sup>ぎゃく</sup>坐薬と飲み薬があります。効き目は同じですが、坐薬と飲み薬を同時に使ってははいけません。熱さましの使いかたは、  
 ・38℃以上で、つらそうにしていたら使う  
 (高熱でも元気に見えるなら使わなくてもよい。)  
 ・使用回数は1日3回くらいまで  
 (使用間隔は6時間以上おいてください。)  
 吐く子には坐薬、下痢のときや坐薬が嫌いな子には飲み薬など、状態に応じて使い分けてください。

また、冷えたタオルや冷却ジェルシートなどもあります。冷やす場所は頭だけでなく、太い動脈が通る両わきや股の付け根を冷やすのも効果的です。

熱さましは、熱によるつらさを軽くするための薬で、病気を治す薬ではありません。熱を下げることばかりに気を取られないようにしましょう。

健康づくり課 花森保健師



## 休日当番医

※休日当番医が変更になる場合がありますので、受診前に電話でご確認ください。

月日	医療機関名(所在地)	電話番号	月日	医療機関名(所在地)	電話番号
9月29日(日)	大杉病院(柿木町)	☎22)5155	10月14日(月)	成羽病院(成羽町)	☎42)3111
10月6日(日)	藤本診療所(松原通) 備中診療所(備中町)	☎22)3760 ☎45)9001	10月20日(日)	池田医院(中間町) 野村医院(巨瀬町)	☎22)2244 ☎25)0003
10月13日(日)	備中整形外科病院(成羽町) 三村医院(巨瀬町)	☎42)4311 ☎25)9010	10月27日(日)	仲田医院(落合町) 有漢診療所(有漢町)	☎22)0511 ☎57)3141