

当院は、救急指定病院として24時間体制で診療を行っていますが、医師の負担軽減のため緊急に診断・治療が必要な方を除き、通常時間帯の受診をお願いします。

受付診療時間 受付時間：（午前の部）8:45～11:00 （午後の部）13:00～15:45
診療時間：9:00～16:45

内科 ●火曜日、水曜日の午後は休診です。（午後の診察は病棟回診のため診察をお待ちいただく場合があります。）
☆3/6(金)は、釧路三慈会病院循環器内科部長 尾畑嘉一医師による循環器内科の専門診療を行います。

外科 ●北大医学部消化器外科 I より1週間単位で出張医師が担当します。
●毎週金曜日の受付時間は、14:30までとなります。
3/31(火)の受付時間は、14:30までとなります。4/1(水)は医師不在のため休診です。

婦人科 ●石岡伸一医師が担当します。予約制となっています。
●診療日：3/23(月)、24(火)
●受付時間：（午前の部）8:45～11:00
（午後の部）月曜日…13:00～15:45、火曜日…13:00～14:15

※各科の予約について、受診日**前日**までに来院時または電話で予約してください。
電話での予約は平日13:00～17:00のご協力をお願いします。

リハビリテーション科 ●予約制となっています。新患の方は、医師の診察後に受診日時を予約します。

小児科 ●旭川医大小児科から出張医師が担当します。

☆3月の小児科診療受付時間／

	一般診療		予防接種（事前予約が必要です）		
	8:45～11:00	13:00～14:00	13:00～14:00	15:00～15:45	予約受付締切
3日(火)	●	休診	●	休診	3月2日(月)正午
10日(火)	●	休診	●	休診	3月9日(月)正午
17日(火)	●	休診	●	休診	3月16日(月)正午
24日(火)	●	休診	●	●	3月23日(月)正午
25日(水)	●	●	休診	休診	
31日(火)	●	休診	●	●	3月30日(月)正午

予防接種〈予約制〉

《小児の接種》・乳幼児～中学生の予防接種は、小児科（火曜日13:00～）となります。
事前に予約が必要です。上記表の予約受付締切厳守の上申し込みください。
※任意接種のワクチンのみ希望日の1週間前までに申し込みください。

《日本脳炎の特例接種》・平成18年度生まれ～20歳未満の方は、定期接種となります。
なお、本年度で特例接種は終了となります。希望される方は、お早めに申し込みください。

《その他のワクチン接種》・高校生以上の方のワクチン接種は、内科（HPVワクチンは婦人科も対応）となります。带状疱疹（任意・定期2回目）・高齢者肺炎球菌（任意）・その他のワクチンは、希望日の1週間前までに申し込みください。

※予約人数やワクチンの入荷状況により、お待ちいただく場合があります。ご了承ください。

※定期の予防接種についての詳細はふれあい交流センター健康推進係(TEL485-1000)へ問い合わせください。

暮らしいきいきカレンダー 3月

1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●赤ちゃん広場 10:00~11:30(交) 		<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●遊びの広場 10:00~11:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●マタニティサロン 13:30~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	
15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●ふれあいカフェ 10:00~11:30(う) 	<ul style="list-style-type: none"> ●乳児健康診査 9:30~9:45(交) ●1歳6カ月児健康診査 9:30~9:45(交) ※対象は令和6年7・8月生まれ ●5歳児健康診査 13:00~13:15(交) 		
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 			<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) ●のびのび育児教室 10:00~11:30(交) 	
29(日)	30(月)	31(火)	<div style="background-color: #008080; color: white; padding: 5px; text-align: center;">4月上旬の予定</div> <ul style="list-style-type: none"> ●1日(水)…総合住民健診 ●2日(木)…総合住民健診 ●3日(金)…総合住民健診、子育てサロン(全乳幼児) ●4日(土)…総合住民健診 ●6日(月)…総合住民健診、子育てサロン(全乳幼児) ●7日(火)…子育てサロン(全乳幼児) 			
	<ul style="list-style-type: none"> ●健康相談 9:00~15:00(交) ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 	<ul style="list-style-type: none"> ●子育てサロン(全乳幼児) 10:00~11:30(交) 14:00~15:30(交) 				

(交) …ふれあい交流センター (う) …コンベンションホールういず

◎障がい者相談支援事業

下記の事業所では、障がいに関わる相談を受け付けています。役場保健福祉課社会福祉係(1階⑤番窓口④132)を介して相談することも可能ですので、お気軽にご連絡ください。

ハート釧路障がい者相談支援事業所 (☎0154-32-7400)

[訪問相談] 3/4(水)、11(水)、18(水)、25(水)

[場所] 保健福祉課社会福祉係

[電話相談] 月～金曜日

◎乳がん・子宮頸がん^{けい}検診

町立病院で子宮頸がん検診受診を希望される方は、ふれあい交流センターへ。釧路がん検診センターでの検診を希望される方は、直接釧路がん検診センターへ申し込みください。

ふれあい交流センター ☎485-1000

釧路がん検診センター ☎0154-37-3370

母子健康手帳の交付・妊婦相談はふれあい交流センターで行っています。



本屋大賞 受賞作・ノミネート作品展

無料

毎年話題となる本屋大賞。受賞作とノミネート作品を展示します。貸し出しも可能ですのでぜひお越しください。

- ▶ **日時** 3月4日(水) ~ 5月2日(土)
- ▶ **場所** 図書館ロビー



新1年生におすすめの本展

無料

期待と不安でいっぱい1年生。学校では新しいお友だち、できるかな? そんな新1年生におすすめの本を今年も多数展示します。貸し出しも可能ですのでぜひお越しください。

- ▶ **日時** 3月25日(水) ~ 4月19日(日)
- ▶ **場所** 図書館ロビー



ブックロウ

みんなが読める面白い本たちが
いっぱいあるよ!
ぜひ見に来てね!



ほんぎつね

図書館 だより



標茶町図書館

標茶町図書館 ☎ 485-2300

開館時間 / 火~木曜 10:00 ~ 18:00

金曜 10:00 ~ 19:00 土・日曜 10:00 ~ 17:00

休館日 / 毎週月曜・祝日

※月曜日が祝日の際は翌火曜日も休館となります。



図書紹介中

これからの時代に活躍するビジネスパーソンは、個性的な「専門性」が決め手になる。専門性を身につける方法について、「自分らしい問いを立てる」「オリジナリティを発見する」など、スリーステップで解説する。著者紹介: 株式会社電通トランスフォーメーション・プロデュース部長。青山学院大学、東京音楽大学などで非常勤講師を務める。広島大学高等教育研究開発センターフェロー。



ビジネス

「替えがきかない人材になるための専門性の身につけ方」
国分 峰樹/著
フォレスト出版 2023年8月発行

ニタイ・トだより

48712332

Made in Hokkaido

「S1冬の湿原号の四半世紀」標茶を駆け抜けた25年〜開催中!

今シーズンも釧路標茶間を走っているS1冬の湿原号。標茶の冬季観光の顔となっているS1冬の湿原号の歩みと共に、標茶町観光協会の協力を得て、S1冬の湿原号フォトコンテスト2024年の受賞作品を展示します。

地元に住んでいてS1の姿は見た事はあれど、意外と乗る機会が少ない冬の湿原号ですが、いまだ度々S1冬の湿原号と標茶との関わりについてご紹介。今月は標茶市街と塘路地区を回ります。ご興味のある方はぜひ足を運んでください。各会場観覧は無料です。

各会場および日程は次のとおりです。

- ▼開発センター : 3月11日(水)~3月17日(火)
- ▼図書館 : 3月18日(水)~3月24日(火)
- ▼塘路公民館 : 3月25日(水)~3月31日(火)



展示会場

「ニタイ・トサポーター活動にてさまざまな活動を行いました」

ニタイ・トサポーター活動は、標茶町博物館の活動支援を通して、自らの学びを深める事を目的に本年度より開始しました。町内外より30人を超える方々が登録され、当館講座の参加やイベントのお手伝いなど、さまざまな支援をいただきました。今後は博物館でしか体験できない貴重な機会を提供したいと考えており、調査協力(希少動植物の調査など)や資料整備(資料フリーzingや刀剣類の手入れなど)などの企画を検討しています。4月より令和8年度のサポーターを募集しますので、興味のある方はご検討ください。



野鳥観察会の支援活動

飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい!

今月のレシピ

牛乳を食べよう!



チンゲン菜の クリーム煮

雪印メグミルク提供

材料 (4人前)

チンゲン菜	2株
ロースハム	2枚
水	300ml
固形スープの素	1個
スキムミルク	30g
牛乳	100ml
塩	少々
【水溶き片栗粉】	
片栗粉	大さじ1 (9g)
水	15ml



作り方

- ①チンゲン菜を塩ゆでし、ひと口大に切る。ハムは1cm幅に切る。
- ②鍋にスキムミルクと水を入れ溶かす。
- ③②に固形スープの素と牛乳を加え、火にかける。
- ④③が沸騰したら①を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。

《ここがポイント!》

スキムミルクを使うことでマイルドな口当たりになり、スキムミルクの量を調整することで子どもから大人まで、誰でも食べやすくアレンジすることができる!

健康

「絵本の魅力に触れてみよう」



岡子育て支援センター (☎ 485-1277)
子ども発達支援センター (☎ 485-1933)

言葉の豊かさをはぐくむもの ~オノマトペの楽しさ~

絵本の中の言葉は、ストーリーを語るものだけではなく、中には擬音語(わんわん、とんとんなど)・擬態語(ふわふわ、きらきらなど)だけというものもあります。創作された言葉や、リズムカルな言葉で構成された絵本は、言葉が印象的で心に届き、子ども自身が発声しやすく、覚えやすいものです。また、速く言ったり、音を伸ばしたりと変化をつけてみると表現も広がります。これらは、子どもが言葉でコミュニケーションするための最適な導入となり、絵本から新しい言葉を取り入れることによって豊かな言葉がはぐくまれます。

想像力や様々な感情の世界 ~共感から人との関係作り~

食べ物や動物が描かれた絵本を読むと、子どもたちは絵の中の食べ物をつまんで食べる真似をします。このとき、子どもの中では「同じものを食べたことがある」という『過去の経験』と「目の前の絵を見ながら真似をする」という『現在の動作』が相まって「おいしい!」という感覚が呼び起

こされていると考えられます。読んでいる大人も一緒に真似をし、にこり、と微笑むことで共感し合い、「うれしい!」という感情も生まれます。

繰り返しの楽しみ ~「好き」からの学びを~

子どもから、何度も同じ本を読んでほしいと言われた経験ありますよね。絵本の内容を丸ごと覚えてしまっても、読み終えた途端に、「もう一回!」とお願いされます。それは、同じ場面を何度も見ることに安心や心地よさを感じるから、と言われていています。大人から見ると、覚えてしまっているようでも、子どもは、まだ自分の中に取り込めていない新しい言葉を、無意識のうちに獲得しようとしていることも考えられます。文字を読めない乳幼児は絵を何度も見て、文字には書かれていないことも絵から読み取ります。このように、繰り返しの中で子どもたちは「学び」を経験しているのです。

寝る前の一冊で質の良い睡眠へ。子どもは心に響いたことや、その時に抱いた感情などを、しっかり記憶しているといわれています。絵本に触れ、言葉を「耳から聞いて」絵を「見て(読んで)」創造の世界を楽しみながら豊かな心を育てていきましょう。

