

＋ 休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名 称	所 在 地	電 話
10月 7日(日)	浅川クリニック内科循環器内科	玉川3080-3	82-6813
	白樺薬局	玉川3086-1-2	82-6282
	行田歯科医院	仲町14-2	72-2639
8日(月・祝)	兵藤整形外科医院	玉川4544-2	82-1333
	薬局マツモトキヨシ長峰店	宮川11359-1	71-2557
	伊藤歯科医院	諏訪市末広3-12	52-1890
14日(日)	北山診療所	北山4808-1	78-2310
	ピアみどりフジモリ薬局	豊平3066	82-1288
	野村 デンタルクリニック	富士見町落合11184-14	62-9118
21日(日)	ちのメンタルクリニック	ちの266-2	82-8277
	薬局マツモトキヨシ上原店	ちの243-7	73-7263
	笠原歯科医院	諏訪市諏訪1-7-4	52-0616
28日(日)	小口医院	宮川4441-3	72-2619
	カタクリ薬局	宮川4438-1	55-2596
	ふじもりデンタルオフィス	宮川1140-1	71-1361

…休日当番医
 …休日当番薬局
 …休日当番歯科

※休日当番医の診療時間は午前9時から午後5時まで、
 当番歯科の診療時間は午前9時から正午までです。
 ※休日当番医・当番歯科・当番薬局は都合により変更
 することがあります。
 ※休日の急病者のために、市内の病院・医院が交代
 で診療しています。
 ※希望の診療科目に対応できない場合もありますので
 ご了承ください。
 ※受診される場合は、保険証および福祉医療費受給証
 (該当者のみ)、服用している薬または説明書を持参
 してください。
 ※当日休日当番医が変更になっている場合があります。
 最新情報は茅野消防署(☎72-0119)にご確認ください。

【諏訪地区小児夜間急病センター】

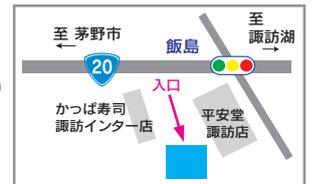
おむね15歳以下のお子さんの急病に年中無休で対応しています。

診療時間

午後7時～9時
(受け付け6時30分～9時)

住 所

諏訪市四賀2299-1
☎54-4699



図書館の森 ～ニューフェイス～

「仕事を続けられる人」と「仕事を失う人」の習慣 前川孝雄 著 明日香出版社
近い将来多くの仕事AIやロボットに代わるそうです。仕事を続けるためにすべきことは…

家紋無双 森本勇矢 著 知楽社
自分の家紋を知っていますか？この本では多く使用されている82種類を擬人化して掲載しています。

地図とデータで見る 女性の世界ハンドブック 原書房
日本の当たり前は世界でも当たり前？世界と比較しながら見ていきましょう。

視覚心理学が明かす 名画の秘密 三浦佳世 著 岩波書店
描かれている光の方向一つで、私たちがその絵を見る時の印象は変わるようです。

プログラミングでなにができる？ 杉浦 学 著 誠文堂新光社
プログラミングって何？どうやるの？この本で見よう。

生きものつながる石ころ探検 盛口 満 著 少年写真新聞社
軽い石・硬い石・丸い石・生き物が作る石。様々な種類の石があります。

あのねあのね えがしら みちこ 著 あかね書房
パパとママに、保育園でほめられたことや失敗しちゃったことを「あのね」と話してくれます。

ただのしろいふうとう 殿内真帆 さく 福音館書店
カラフルなふうとうと自分を比べ、自信が持てないしろいふうとう。しかし、手紙の内容を知り…

新着本

一般書	298冊
その他	124冊
児童書	124冊
絵本	54冊

購入しました。ぜひ、ご利用下さい。

8月貸出冊数	24,837冊
8月利用者数	6,453人

※各出版社に表紙写真使用許可をいただいています。

問い合わせ 茅野市図書館 ☎72-9085 www.libnet-suwa.gr.jp

美サイクル茅野 分別クイズ

出題:美サイクル茅野・ごみ減量部会

メダルプロジェクト
まだやっています！
難易度 ★★★★★☆

答 東京オリンピック・パラリンピック2020大会で使用するメダルについて、みなさまがお持ちの使用済み携帯電話・スマートフォン・デジタルカメラ等の小型家電から制作する「都市鉱山からつくる！みんなのメダルプロジェクト」が行われています。回収ボックスは、市役所2階の環境課の前にあります。ボックスに入らない大きさの小型家電は、市役所正面玄関にある小型家電回収容器に入れます。ボックスは、2019の春頃に組織委員会に送られます。

ゴムホースはどうしたらいいの？
難易度 ★★★★★☆

答 長さ50cm程度に切断し、可燃ごみの指定袋に入れて「可燃ごみのステーション」へ出してください。ホースリールに巻き取られているものは外してください。ホースリールは、不燃粗大ごみとなりますので不燃物処理場に持ち込んでください。



元気もりもり食育コーナー ⑧6

～毎月19日は元気もりもり食育の日～ 食育推進委員会

「元気もりもり食育プラン」に基づいて、食育情報を紹介します。
今月は茅野市の保育園での食育の様子をお伝えします。栄養士、保育士、調理員で毎日食育を行っています。

給食を食べる時、**3人の栄養マン**がどこにいるか探しています。栄養マンを覚えたての年少さんです。



毎月19日は「元気もりもり食育の日」です。
3人の栄養マンのパペット劇で栄養マンの魔法の力を知りました。



小平奈緒選手を称える給食、市制60周年のお誕生日給食を行いました。元気に大きくなってね。



各保育園の畑では、様々な野菜が作られています。収穫して、給食で味わっています。

セルリーとツナの春巻き



材料(10個分)

1人分エネルギー：137kcal 塩分0.2g

- 春巻きの皮 10枚
- セルリー 100g
- 玉ねぎ 1/2個
- ツナ水煮缶 200g
- コーン 100g
- マヨネーズ 大さじ2と1/2
- こしょう 少々

- 作り方**
- ①セルリーと玉ねぎはあらみじん、またはせん切りにし、茹でる。ツナは水気をきっておく。
 - ②材料を全て和え、春巻きの皮で包む。
 - ③油で揚げる。



毎月19日は『元気もりもり食育の日』

元気な体づくりのためには、主食(炭水化物)+主菜(蛋白源)+副菜(ビタミン源)の3人の栄養マンがそろった食事が大切です。