日曜・祝祭日 緊急医 予定

緊急医は都合により変更になる場合があります。
〈診療時間〉　医科：午前9時～午後5時　歯科：午前9時～正午
（都合により変更になる場合があります。）

期　日	小諸地区医科	電話番号	小諸地区歯科	電話番号	浅ろく地区医科	電話番号	浅ろく地区歯科	電話番号
12月6日（日）	鈴木医院	(26)1212	高橋歯科医院	(23)2723	軽井沢病院	(45)5111		
	須江医院	(22)2060						
12月13日（日）	佐藤外科医院	(22)0334			軽井沢病院	(45)5111	コスモス歯科	(31)2284
	武重医院	(22)0171						
12月20日（日）	佐々木医院	(22)0503			軽井沢病院	(45)5111		
	柳橋脳神経外科	(23)6131						
12月27日（日）	ひかり医院	(22)8878	おおつか歯科医院	(24)6480	軽井沢病院	(45)5111		
	小諸病院	(22)0250						
12月31日（木）	うすだ医院	(22)0483	岡田歯科医院	(25)4182	軽井沢病院	(45)5111		
	小諸南城クリニック	(26)5222						

戸籍の窓

●人口15,895人（前月比 ＋8）
男7,916人　女7,979人
●世帯数7,180世帯（前月比 ＋3）
（11月1日現在）

※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。
※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

編集後記

「デジタルデトックス」をご存じですか。簡単に言うと、スマホやパソコンから少し距離を置いてネット断ちする期間を意図的に作ってみようというものです。

なんとなくスマホに手が伸びて、気がつくと結構な時間が過ぎていることが私自身多々あったため、最近はゆるくデジタルデトックスを意識した生活を送っています。

具体的には、スマホの代わりに本を手に取るようにしました。ページをめくれば、たちまち新しい世界が開けてきます。私がよく足を運ぶ町立図書館には、旬の本が取り揃えられ、色々な世界を覗いてみたくなり、ついあれもこれもと手に取ってしまいます。

とは言え、有用な情報がネット上にあることも事実です。リアルタイムな生の声を知りたいとき、ネットは大変便利です。時間を区切り、信頼できる情報源を参照するなど、上手にネットを利用できればと思います。

これからますます寒さが厳しくなり、自宅で過ごす時間が増えてくると思うと、暖かい部屋で読書に没頭する時間が楽しみです。　保健福祉課　髙見

広報に関するご意見、ご感想をお寄せください。また、掲載された写真をお譲りしますので、役場総務課14番窓口にお越しいただくか、電話でご連絡ください。ただし、ご希望に添えない場合もあります。ご了承ください。●総務課情報防災係

みよた広報　やまゆり　●発行／御代田町　〒389-0292　長野県北佐久郡御代田町大字馬瀬口1794番地6　☎0267(32)3111

https://www.town.miyota.nagano.jp/

12月 町民カレンダー

掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止・延期となる可能性があります。

	行事予定	健康カレンダー	ごみ収集
1（火）	現6年生体験入学（中学校）	健康スクリーニング結果報告会（予約制 8：30～、13：00～）	プラ製容器包装
2（水）	おはなしの会（たんぽぽ保育園、小規模保育事業所おひさま）	健康スクリーニング結果報告会（予約制 8：30～、13：00～）	不燃ごみ
3（木）		健康スクリーニング結果報告会（予約制 8：30～、13：00～）	生ごみ
4（金）		健康スクリーニング結果報告会（予約制 8：30～、13：00～）	可燃ごみ
5（土）	心配ごと相談（ハートピアみよた 9：00～12：00） クリスマスのおはなし会（エコールみよた 14:00～15:00） おもちつき（たんぽぽ保育園） 音楽会（サムエル幼稚園）		
6（日）	入園説明会（サムエル幼稚園）		
7（月）	公民館・図書館・博物館・社会体育施設休館日 保護者懇談会（中学校 14日まで） おもちつき（杉の子幼稚園）	集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 7:30～）	生ごみ
8（火）	補聴器出張修理（役場1階相談室 10：40～11：20）	集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 7:30～）	プラ製容器包装
9（水）	スケート教室（南小学校3年生）	集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 7:30～）	不燃ごみ
10（木）	スケート教室（南小学校2年生）	集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 7:30～）	生ごみ
11（金）	介護予防教室（エコールみよた 13：30～14：30） クリスマス会（保育園つくしんぼ） スケート教室（南小学校4年生）	集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 7:30～）	可燃ごみ
12（土）	つくしんぼの会 中止（杉の子幼稚園）		
13（日）		集団健康、胃･大腸がん検診（時間差受付 8:30～）	
14（月）	保護者懇談会（北小学校 17日まで） 公民館・図書館・博物館・社会体育施設休館日	妊産婦乳幼児健康相談（9：00～11：30）	生ごみ
15（火）	心配ごと相談（ハートピアみよた 9：00～12：00）		プラ製容器包装
16（水）	小さな朗読会（図書館 11：00～） 保護者懇談会（南小学校 22日まで）		不燃ごみ
17（木）	ちいさいおともだちのおはなし会（図書館 10：30～）	4カ月児健康診査（時間差受付）	生ごみ
18（金）			可燃ごみ
19（土）	杉の子幼稚園クリスマス会（エコールみよた 9:00～12:00）		
20（日）	消防団年末督励巡視（役場） 消防団年末警戒（30日まで）		
21（月）	公民館・図書館・博物館・社会体育施設休館日 クリスマス会（サムエル幼稚園）	妊産婦乳幼児健康相談（9：00～11：30）	生ごみ
22（火）	カーリング教室（北小学校4年生）	モグモグ教室（受付 9：10～9：20）	プラ製容器包装（年内最終）
23（水）	スケート教室（北小学校1～3年生） 終業式（サムエル幼稚園）		不燃ごみ（年内最終）
24（木）	図書館休館日（館内整理日） ほんわかひろば（図書館 10：30～12：00） クリスマス会（たんぽぽ保育園） 自由登園（サムエル幼稚園 25日まで）	3歳児健康診査（時間差受付）	生ごみ
25（金）	2学期終業式（南・北小学校、中学校） クリスマス会（小規模保育事業所おひさま） 終業式（杉の子幼稚園） 心配ごと相談（ハートピアみよた 9：00～12：00）	「憩いの家」は精神障がい者の方のための家と働く場の中間施設です。働くにはまだ自信がないけれど、家から一歩出てみたい方、日中の居場所として利用してみませんか。 スタッフ一同、お待ちしています。 場所：やまゆり共同作業所 問い合わせ先：保健福祉課健康推進係 （32）2554	可燃ごみ（年内最終）
26（土）	小中学校冬休み（中学校1/5　南・北小学校1/6まで）		
27（日）			資源物（年内最終）
28（月）	年末年始休業（公民館、博物館、社会体育施設 1/4まで） 年末年始休業（図書館 1/5まで）	妊産婦乳幼児健康相談（9：00～11：30）	生ごみ（年内最終）
29（火）			休み
30（水）			休み
31（木）			休み

※健康カレンダーに掲載している事業は、保健センターで行っています。