

生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎202135

会場	時間	12月	1月
織姫公民館	午前10時 ～11時30分	20日(火)	17日(火)
助戸公民館		21日(水)	18日(水)
三重公民館		13日(火)	17日(火)
山辺公民館		15日(木)	19日(木)
花・花薬局あしかが 北幸楽荘		12日(月)	23日(月)
富田公民館		9日(金)	13日(金)
山前公民館		9日(金)	13日(金)
毛野体育館		8日(木)	12日(木)
葉鹿公民館	午後2時 ～3時30分	14日(水)	11日(水)
足利メガソーラー 東幸楽荘		1日(木)	5日(木)
久野公民館		21日(水)	25日(水)
北郷公民館		8日(木)	12日(木)

☑介護予防のための軽い体操、講話など☑65歳以上の方☑各会場による人数制限あり☑事前に電話で同課

かかる前に知っておきたい
新型コロナウイルス感染症
自宅療養のポイント⑥

～食料品や医薬品の準備～

新型コロナウイルス感染症対策室
☎202283

食料品の例

- 水分補給ができるもの
スポーツ飲料、経口補水液、ゼリー飲料など
- 体調がすぐれない時でも食べやすいもの
おかゆ、パックごはん、うどんなど
- 調理せずに食べられるもの
レトルト食品、缶詰、インスタント味噌汁、
即席スープ、冷凍食品など

医薬品の例

- 市販の解熱鎮痛薬
- 生活必需品
手指消毒剤、洗剤、ごみ袋、衛生用品、トイレットペーパー、ティッシュペーパーなど



たかろばカフェ

元気高齢課・☎202135

会場・連絡先	12月	1月
ピーターパン (元学町) ☎411281	14日(水)	11日(水)
	午後2時～3時	

☑認知症の方や家族同士の交流の場☑お茶代210円から☑事前に電話で同施設

※特別養護老人ホーム こはく苑、醍醐の森、高齢者複合支援施設 喜重苑は休止中。

救急電話相談

○救急情報テレホンサービス(消防本部)

☎720099

▷毎日24時間＝病院案内や応急手当の指導など

○とちぎ子ども救急電話相談

プッシュ回線 #8000(☎028・600・0099)

▷月～土曜/午後6時～翌朝8時

▷日曜・祝日/午前8時～翌朝8時(24時間)

＝子どもの急な病気やけがに関する相談

○とちぎ救急医療電話相談

プッシュ回線 #7111(☎028・623・3344)

▷月～金曜/午後6時～10時

▷土・日曜、祝日/午後4時～10時

＝15歳以上の方の急な病気やけがに関する相談



休日夜間急患診療所

足利赤十字病院健診棟1階内

内科・小児科 ☎201556

▷日曜・祝日＝午前10時～午後4時

歯科 ☎201557

▷日曜・祝日＝午前10時～午後1時

※内科・小児科の夜間診療は休診中です。

★年末年始の診療は8ページ参照。

夜間診療を行っています

吉田醫院(江川町三丁目)・☎27661

内科・外科・小児科・総合診療

▷月、火、金～日曜・祝日＝午後8時～10時

※来院前に必ずお電話ください。