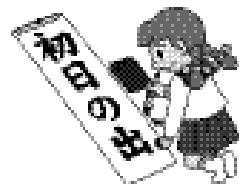




【2007年】

くらしのカレンダー



1月	イベントなど	保健・相談		粗大ごみ・危険ごみ
				問合せ 美サイクル館
1 (月)	● 元日	留萌市立病院休診 平成18年12月30日(土)～平成19年1月4日(木) (休診日の緊急外来は受付しております。)		「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00 高橋市長が出演します。
2 (火)	市役所閉庁			
3 (水)	市役所閉庁			
4 (木)	市役所閉庁			
5 (金)	市役所臨時窓口開設 時間/8:50～17:20 (市民課、税務課、水道管理課)	留萌市立病院 平常診療		
6 (土)				
7 (日)	■平成19年留萌市成人式 受付/12:40 式典/13:30 場所/留萌市文化センター			
8 (月)	● 成人の日	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00		《危険ごみ》大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町
9 (火)	■平成19年新年交礼会 時間/18:00 場所/留萌産業会館	麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ●健康相談・栄養相談(乳幼児)⇒9:30～12:00/13:00～15:30/はーとふる		《危険ごみ》三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町・旭町
10 (水)		麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒沢住医院		
11 (木)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■フツ化物塗布(1歳6カ月～/予約制)⇒10:00～11:00/14:00～15:00/はーとふる ■先天性股脱検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院		
12 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる		
13 (土)				
14 (日)	救急当番医 渡部整形外科医院 栄町3丁目 ☎42-5011			
15 (月)	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00	ピンピンからだ広場⇒10:00～12:00/13:30～15:30/はーとふる		《危険ごみ》寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台
16 (火)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■3歳児健診(H15年12月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる		《危険ごみ》住之江町・泉町・野本町・千鳥町・元川町・神居岩・堀川町・高砂町・五十嵐町
17 (水)		麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■1歳6カ月児健診(H17年6月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる		【粗大ごみ】大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町
その他	休日救急診療 休日の救急当番以外の日曜日、祝日、夜間の診療は、かかりつけ病院・医院または救急告示病院へお問い合わせください。 留萌市立病院は、二次医療病院として、すべての土曜日、日曜日、祝日、夜間に対応します。 (留萌市立病院救急外来☎49-1011) 来院時は健康保険証を忘れずに!	▶麻疹・風疹、三種混合、BCG【予約制】 ■沢住医院 13:30～15:30 ☎42-1531 ■留萌市立病院小児科外来 13:30～14:00 □対象 麻疹・風疹:生後12カ月～24カ月(1期)5歳～7歳未満 就学前1年間(2期) 三種混合:生後3カ月～9カ月未満 / BCG:生後0カ月～6カ月 ▶先天性股脱検診 ■留萌市立病院整形外科外来 (受診票は、4カ月児健診の通知に同封) 第3木曜日は市立病院でBCGを行うため麻疹・風疹及び三種混合は、市立病院で行いません。	▶健康相談・栄養相談 ■問合せ はーとふる げんき課 ☎49-2558 ▶無料法律相談【予約制】 ■問合せ 生活環境課 ☎42-1806 ▶精神保健相談【予約制】 ■問合せ 留萌保健所 ☎42-1511(内線3651・3647) ▶インフルエンザ 65歳以上の方は、1,200円で予防接種を受けることができます。(平成19年3月31日まで)また、一般料金は、各病院で異なることもあります。	粗大ごみのお申込みは、前日の午前中までに電話でご連絡ください。申込時に金額をお知らせしますので、粗大ごみ処理券をご購入ください。料金不足の場合は、回収いたしませんので、お間違えのないようお願いいたします。なお、1回に排出できる粗大ごみは5点までです。 危険ごみ 1月は出す曜日が変わっていますのでご注意ください。

主な施設の電話

- 留萌市役所 総務課 ☎42-1801
- 港湾課 ☎42-4272
- 水道管理課 水道施設課 ☎42-5151
- 保健福祉センターはーとふる(げんき課)(いきがい課) ☎49-2558
- 留萌市美サイクル館 ☎46-1600
- 留萌市立病院 ☎49-1011
- 留萌市中央公民館 ☎42-3333
- 学校教育課 庶務係 ☎42-3006 学務係 ☎42-3488
- 生涯学習課 ☎42-0435
- スポーツセンター ☎42-2917
- 温水プールふるも ☎42-1200
- 給食センター ☎42-2079
- 市立留萌図書館 ☎42-2300 ☎42-3577
- 消費生活センター ☎42-0651
- 婦人の家(共同福祉センター)(総合福祉センター) ☎43-0440
- 海のふるさと館 ☎43-6677
- 風土工房こさえーる ☎43-4556
- 留萌消防組合 ☎42-2211

市長とホットライン

FAX 0120-223-846

教育相談電話

教育電話相談室 ☎42-0435(内線23)

インターネット

URL
<http://www.e-rumoi.jp/>
電子メール
koucyou@e-rumoi.jp

夜間の犬の散歩には光るつなや首輪を利用して犬を目立たせましょう。交通事故防止です。

はしばトントン動物病院
留萌市錦町1丁目5-6 ☎43-5621
来院前に予約をおねがいします。

日曜・祝日 休診	診察時間
月～金	午前9:00～12:00 午後4:00～7:00
土	午前9:00～午後4:00

愛煙家の栄養補助食品
シガーマイト
シガーマイト
970粒入り
価格 6,300円

1日20粒程度を目安にお召し上がりください。

タバコがやめられない人に!
有害なニコチン・タールを溶かして出す!
シガーマイト

これはすごいぞ!

体内のニコチン・タールを溶解し尿や便と一緒に体外へ排出し、自然にタバコを欲しがらなくなる回数減ります。

健康プラザ **江戸薬局** 留萌市錦町3丁目1番30号
☎0164-42-0697 ☎0164-43-8400



【2007年1月】

くらしのカレンダー



	イベントなど	保健・相談	粗大ごみ・危険ごみ	
			問合せ 美サイクル館	
18 (木)	■「第2回留萌地域と未来を語る会」 時間/13:00 場所/留萌合同庁舎	麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒市立病院・沢住医院 ■先天性股脱検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院	【粗大ごみ】寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台	
19 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる	【粗大ごみ】見晴町・宮園町・錦町・開運町・栄町	
20 (土)				
21 (日)				
22 (月)	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00	ピンピンからだ広場⇒10:00～12:00/13:30～15:30/はーとふる	《危険ごみ》見晴町・宮園町・錦町・開運町・栄町	
23 (火)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■4カ月児健診(H18年9月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる	《危険ごみ》緑ヶ丘町・南町・潮静・東雲町・大和田・藤山町・幌糠町・樽真布・峠下町・中幌・東幌・南幌	
24 (水)	■ブックスタート 時間/13:00 場所/はーとふる	麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■9カ月児健診(H18年3月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる	【粗大ごみ】三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町・旭町	
25 (木)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■フッ化物塗布(1歳6カ月～/予約制)⇒13:30～15:00/はーとふる ■先天性股脱検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院	【粗大ごみ】住之江町・泉町・野本町・千鳥町・元川町・神居岩・堀川町・高砂町・五十嵐町	
26 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる	【粗大ごみ】緑ヶ丘町・南町・潮静・東雲町・大和田・藤山町・幌糠町・樽真布・峠下町・中幌・東幌・南幌	
27 (土)				
28 (日)	■フリーマーケット 時間/正午 場所/総合福祉センター	●無料法律相談【予約制】⇒11:00～14:00/消費生活センター		
29 (月)	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00	ピンピンからだ広場⇒10:00～12:00/13:30～15:30/はーとふる		
30 (火)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院		
31 (水)	■国民健康保険税第7期納期限 (税務課)	麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒沢住医院		
2/1 (木)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 三種混合⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■先天性股脱検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院		
2 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる ●健康相談・栄養相談(乳幼児)⇒9:30～12:00/13:00～15:30/はーとふる		
その他	休日救急診療 休日の救急当番以外の日曜日、祝日、夜間の診療は、かかりつけ病院・医院または救急告示病院へお問い合わせください。 留萌市立病院は、二次医療病院として、すべての土曜日、日曜日、祝日、夜間に対応します。 (留萌市立病院救急外来☎49-1011)来院時は健康保険証を忘れずに!	▶麻疹・風疹、三種混合、BCG【予約制】 ■沢住医院 13:30～15:30 ☎42-1531 ■留萌市立病院小児科外来 13:30～14:00 □対象 麻疹・風疹:生後12カ月～24カ月(1期)5歳～7歳未満(就学前1年間)2期) 三種混合:生後3カ月～90カ月未満 / BCG:生後0カ月～6カ月 ▶先天性股脱検診 ■留萌市立病院整形外科外来 (受診票は、4カ月児健診の通知に同封) 第3木曜日は市立病院でBCGを行うため麻疹・風疹及び三種混合は、市立病院で行いません。	▶健康相談・栄養相談 ■問合せ はーとふる げんき課 ☎49-2558 ▶無料法律相談【予約制】 ■問合せ 生活環境課 ☎42-1806 ▶精神保健相談【予約制】 ■問合せ 留萌保健所 ☎42-1511(内線3651・3647) ▶インフルエンザ 65歳以上の方は、1,200円で予防接種を受けることができます。(平成19年3月31日まで)また、一般料金は、各病院で異なることもあります。	粗大ごみのお申込みは、前日の午前中までに電話でご連絡ください。申込時に金額をお知らせしますので、粗大ごみ処理券をご購入ください。料金不足の場合は、回収いたしませんので、お間違えのないようお願いいたします。なお、1回に排出できる粗大ごみは5点までです。 危険ごみ 1月は出す曜日が変わっていますのでご注意ください。

主な施設の電話

- 留萌市役所 総務課 ☎42-1801
- 港湾課 ☎42-4272
- 水道管理課 水道施設課 ☎42-5151
- 保健福祉センター はーとふる (げんき課) (いきがい課) ☎49-2558
- 留萌市美サイクル館 ☎46-1600
- 留萌市立病院 ☎49-1011
- 留萌市中央公民館 ☎42-3333
- 学校教育課 庶務係 ☎42-3006 学務係 ☎42-3488
- 生涯学習課 ☎42-0435
- スポーツセンター ☎42-2917
- 温水プール ぷるも ☎42-1200
- 給食センター ☎42-2079
- 市立留萌図書館 ☎42-2300 ☎42-3577
- 消費生活センター ☎42-0651
- 婦人の家 (共同福祉センター) (総合福祉センター) ☎43-0440
- 海のふるさと館 ☎43-6677
- 風土工房こさえーる ☎43-4556
- 留萌消防組合 ☎42-2211

市長とホットライン

FAX 0120-223-846


教育相談電話

教育電話相談室 ☎42-0435(内線23)

インターネット

URL
<http://www.e-rumoi.jp/>
電子メール
koucyou@e-rumoi.jp

健康をお届けいたします～ **Yakult**



食べ物に好き嫌いはありますか？
カルシウムやビタミン、腸内の善玉菌は充足していますか？

1本に400億個以上の乳酸菌！
400億個のパワーを体感しませんか

お問合せ、ご注文はヤクルトレディ又は下記まで
留萌市末広町2丁目2番1号
留萌ヤクルト販売株式会社 ☎43-8960

保険調剤薬局
ビューティ & ヘルスケア
寺西薬局
留萌市錦町4丁目
☎0164-42-0260
FAX 0164-43-6244

SINCE 1950

院外処方せん受付中！
全国、どこの病院からの処方せんでも調剤致します。
●留萌市立病院 ●留萌記念病院 ●銭丸眼科 ●たけうち内科循環器科医院 ●わたなへ耳鼻咽喉科など受付中！

医薬品 コンドロイチン硫酸ナトリウム製剤
コンドロイチン錠
根本治療を考えませんか？
ひざが痛い！



コンドロイチンの不足が、痛みの原因の一つと考えられます。
椎間板(コンドロイチン硫酸 潤滑油) だまされていませんか？

「関節痛、神経痛、腰痛に」骨の関節部分にも多く含まれ、潤滑油の役割をします。体の弾力力保持や保水作用も持っています。