



【2007年】

くらしのカレンダー



	イベントなど	保健・相談	粗大ごみ	
			問合せ 美サイクル館	
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)		●健康相談・栄養相談(乳幼児)⇒9:30～12:00/13:00～15:30/はーとふる ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる		
3 (土)				
4 (日)				
5 (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		
6 (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(H16年1月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる		
7 (水)	■北方領土の日	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7月生)⇒受付時間13:00～13:30/はーとふる		
8 (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		
9 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる		
10 (土)				
11 (日)	建国記念の日			
12 (月)	振替休日 「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45～10:00			
13 (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		
14 (水)		麻疹・風疹⇒沢住医院 三種混合⇒沢住医院 BCG⇒沢住医院	【粗大ごみ】大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町	
15 (木)		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 ●健康相談・栄養相談(乳幼児～成・老人)⇒13:00～15:00/幌糠地区公民館	【粗大ごみ】寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台	
16 (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	
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。

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

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

ご存知ですか？ やさしい手 江戸の『おまかせさんサービス』

『おまかせさんサービス』ってなあに？
介護保険でのサービスを利用されていない方、介護保険では利用できないサービスを総合的日常生活をサポートするサービスです。ご利用者様おひとりおひとりのプランをお作りしそれに基づき、当社のヘルパーが質の高いサービスをお届けするサービスです。

おまかせケアコース
お話し相手・見守り・入浴介助・口腔ケア・車椅子介助・歩行介助・口腔内ケア
排泄介助...など

おまかせ家事コース
掃除・買い物・アイロンがけ・調理・洗濯・後片付け・薬の受取り・来客対応...など

おまかせ家事コースプラス
大掃除・衣替え...など

おまかせタクシーコース 新登場!
病院までの足として・外出の際の足として...など

おまかせさん通院待機サービスコース 新登場!
病院内介助のみ

やさしい手 江戸(江戸薬局グループ) 留萌市錦町3丁目1番30号
☎0164-49-5127 FAX 0164-49-5136 江戸薬局ビル2F



【2007年2月】

くらしのカレンダー



	イベントなど	保健・相談	粗大ごみ	
			問合せ 美サイクル館	
17 (土)				
18 (日)	救急当番医 留萌セントラルクリニック 栄町1丁目 ☎43-9500			
19 (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		
20 (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10月生) ☎ 受付時間 13:00 ~ 13:30/ はーとふる		
21 (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4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	
22 (木)	■北海道地域環境学習講座 「eco - アカデミア」 時間/18:00 場所/ 留萌市中央公民館	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 ■フツ化物塗布 (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	
23 (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	
24 (土)		■胃がん・肺がん・大腸がん検診【予約制】 ☎ はーとふる (申込先はーとふる)		
25 (日)		■胃がん・肺がん・大腸がん検診【予約制】 ☎ はーとふる (申込先はーとふる) ●無料法律相談【予約制】 ☎ 11:00 ~ 14:00/ 消費生活センター		
26 (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		
27 (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		
28 (水)	■国民健康保険税第8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		
3/1 (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)		●健康相談・栄養相談 (乳幼児) ☎ 9:30 ~ 12:00/13:00 ~ 15:30/ はーとふる ピンピンからだ広場 ☎ 13:30 ~ 15:30/ はーとふる		
3 (土)				
4 (日)	■第9回萌っこ春待里 時間/ 10:30 ~ 14:00 場所/ 陸上自衛隊留萌駐屯地グラウンド ■第4回オロクウィンタートライアスロン 時間/ 8:30 ~ 12:00(予定) 場所/ 神居岩スキー場 (周辺)			
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。

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 ●鍼灸眼科 ●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。体の弾性力保持や保水作用も持っています。