



【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 BCG 沢住医院 ■先天性股脱検診 受付時間11:50～12:00/市立病院	三種混合 市立病院・沢住医院	
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回オロロン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)		■フリーマーケット 時間/正午～ 場所/総合福祉センター	
5 (月)	■海上保安部講演会 時間/13:30 場所/留萌市中央公民館	「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 BCG 沢住医院 ■3歳児健診 H16年2月生) 受付時間 13:00～13:30/はーとふる	三種混合 市立病院・沢住医院	
7 (水)		麻疹・風疹 沢住医院 ■1歳6カ月児健診 H17年8月生) 受付時間 13:00～13:30/はーとふる	三種混合 沢住医院 BCG 沢住医院	
8 (木)		麻疹・風疹 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	三種混合 市立病院・沢住医院	
9 (金)		●健康相談・栄養相談(乳幼児～成・老人) 13:00～15:00/東部地区公民館 ピンピンからだ広場 13:30～15:30/はーとふる		
10 (土)	■人形劇団「えりっこ」公演 時間/11:00 場所/図書館視聴覚室			
11 (日)	■救急当番医 たけうち内科循環器科医院 高砂町3丁目 ☎42-8820	■幌糠中学校閉校式 時間/13:00 場所/幌糠中学校	■雪中ソフトボール大会 時間/9:00～(予定) 場所/市営見晴球場	
12 (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		
13 (火)		麻疹・風疹 市立病院・沢住医院 BCG 沢住医院 ■4カ月児健診 H18年11月生) 受付時間 13:00～13:30/はーとふる	三種混合 市立病院・沢住医院	
14 (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 ■9カ月児健診 H18年5月生) 受付時間 13:00～13:30/はーとふる	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 ■先天性股脱検診 受付時間11:50～12:00/市立病院	三種混合 沢住医院 BCG 市立病院・沢住医院	【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

春になったら  
犬はみんな狂犬病予防注射です。

**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つくりしそれに基づき、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・アイロンかけ・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3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)				
19 (月)	■留萌市開基130年・市制施行60年・開港70年記念「宮川彬良と平原まことの『音辞物語』宮川泰メモリアル」 開演/18:30 場所/留萌市文化センター	「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		
21 (水)	● 春分の日	■映画「フラガール」開演/①10:30 ②16:00 「武士の一分」開演/①13:20 ②18:50 場所/留萌市文化センター (計4回上映)		
22 (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) 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		
23 (金)	■留萌港工事報告会 時間/13:30 場所/はーとふる	ピンピンからだ広場 13:30~15:30/はーとふる		
24 (土)				
25 (日)		●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)		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】三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・未広町・旭町	
29 (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	【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	
30 (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	
31 (土)				
4/1 (日)				
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

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 ●わたなべ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。