



【2007年7月】

くらしのカレンダー



日	イベントなど	保健・相談	粗大ごみ・草
			問合せ 美サイクル館
1 (日)			
2 (月)	■市道民税第1期納期限(税務課) 「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	
3 (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 ●健康相談・栄養相談(乳幼児) 9:30~12:00/13:00~15:30/はーとふる	
4 (水)		麻疹・風疹 沢住医院 三種混合 沢住医院 BCG 沢住医院	【草】大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町
5 (木)	■図書館(開館時間の延長) 時間/~19:30	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 ■先天性股関節脱臼検診 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) 10:00~11:30/潮静児童センター	【草】寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台
6 (金)		ピンピンからだ広場 13:30~15:30/はーとふる	【草】見晴町・宮園町・錦町・開運町・栄町
7 (土)			
8 (日)	救急当番医 富山整形外科 末広町1丁目 ☎42-2030	■第6回北海道ビーチバレー選手権大会兼第12回日本海CUP争奪ビーチバレー留萌大会 受付開始8:00~開会式8:30~試合開始9:30~場所/ゴールデンビーチるもい	
9 (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	
10 (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6月生) 受付時間13:00~13:30/はーとふる	
11 (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12月生) 受付時間13:00~13:30/はーとふる	【草】三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町・旭町
12 (木)	■図書館(開館時間の延長) 時間/~19:30	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 ■先天性股関節脱臼検診 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) 10:00~11:30/千鳥児童センター	【草】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
13 (金)		ピンピンからだ広場 13:30~15:30/はーとふる	【草】東雲町・緑ヶ丘町・南町・潮静・大和田・藤山町・幌糠町・樽真布・峠下町・中幌・東幌・南幌
14 (土)	■海水浴場海開き(ゴールデンビーチるもい)		
15 (日)		●無料法律相談【予約制】 11:00~14:30/消費生活センター	
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 ▶先天性股関節脱臼検診 ■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 保健医療課 ☎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)

- 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 (保健医療課) (介護支援課) ☎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

狂犬病の予防注射を忘れていませんか?
まだ受けてない犬は、今すぐ動物病院へ

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

☆☆ 地域の人づくり支援! 当金庫が受講料・宿泊料等を負担します! ☆☆

中小企業大学校旭川校の受講者募集のお知らせ

- ☆経営者向け → 株式公開のメリットとデメリット H19.9.13~H19.9.14 (2日間コース)
- ☆管理者向け → 労務管理の極意 H19.9.18~H19.9.19 (2日間コース)
- 管理者のためのパソコン研修 H19.8.23~H19.8.24 (2日間コース)
- ☆中堅社員向け → 財務分析で鍛える「統治能力」講座 H19.9.5~H19.9.7 (3日間コース)
- ☆若手女性向け → 改善で見てくる生産革新 H19.10.22~H19.10.25 (4日間コース)

講座は一例です。詳しくはお近くの窓口へご相談ください

ふれ愛 さわやか 留萌信用金庫
留萌市花園町2丁目1番8号 0164-42-1250
<http://www.shinkin.co.jp/rumoi/>



【2007年7月】

くらしのカレンダー



日	イベントなど	保健・相談		粗大ごみ・草
				問合せ 美サイクル館
16 (月)	● 海の日 ■ 留萌神社祭	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45 ~ 10:00		
17 (火)	■ 留萌神社祭	麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院	三種混合⇒市立病院・沢住医院	
18 (水)	■ 留萌神社祭	麻疹・風疹⇒沢住医院 ●健康相談・栄養相談(乳幼児～成・老人)⇒10:00～11:30/寿児童センター	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
19 (木)	■ 図書館(開館時間の延長) 時間/～19:30	麻疹・風疹⇒沢住医院 ■先天性股関節脱臼検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院 ●健康相談・栄養相談(乳幼児)⇒9:30～12:00/13:00～15:30/はーとふる	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
20 (金)	■ 留萌青年大学第2講座 開演/19:00 場所/留萌産業会館	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
21 (土)				
22 (日)		第21回参議院議員通常選挙(予定)		
23 (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		
24 (火)		麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■4カ月児健診(H19年3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	
25 (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9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】三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町・旭町
26 (木)	■ 図書館(開館時間の延長) 時間/～19:30	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)⇒13:30～15:00/はーとふる ■先天性股関節脱臼検診⇒受付時間11:50～12:00/市立病院	三種混合⇒市立病院・沢住医院	【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
27 (金)		ピンピンからだ広場⇒13:30～15:30/はーとふる		【粗大ごみ】東雲町・緑ヶ丘町・南町・潮静・大和田・藤山町・幌糠町・樽真布・峠下町・中幌・東幌・南幌
28 (土)	■ るもい呑まつい(やん衆あんどん) 時間/18:45 場所/市内			
29 (日)	■ るもい呑まつい(納涼花火大会) 時間/20:00 場所/留萌港南岸壁	■「うまいよ! るもい市(いち)」 時間/10:00～14:00 場所/留萌地方卸売市場		
30 (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		
31 (火)	■ 国民健康保険税第1期 固定資産税第2期納期限(税務課)	麻疹・風疹⇒市立病院・沢住医院 BCG⇒沢住医院 ■移動献血車「ひまわり号」巡回⇒10:30～16:00留萌合同庁舎前(住之江町2)	三種混合⇒市立病院・沢住医院	■移動献血車「ひまわり号」巡回は、8月3日まで市内各所で行われています。詳しくは、広報るもい12ページをご参照下さい。
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 ▶先天性股関節脱臼検診 ■ 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 保健医療課 ☎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)	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。綿製品の回収をします。今まで「もやせないごみ」としてしまっていた綿製品(50%以上)を分別回収します。皆様のご協力をお願いします。

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(保健医療課)(介護支援課) ☎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

「毎日1本」の力 この先の健康のために、「毎日1本」のプロバイオティクスを続けましょう!

良い菌を増やし、悪い菌を減らす、腸内環境を改善しましょう!

腸は、栄養分の消化・吸収を行う大切な器官。ですから、毎日1本、プロバイオティクスの代表であるL・カゼイ・シロタ株を摂って、腸内を良い菌で満たしておくことは、おなかの健康のための基礎固めといえます。毎日1本の良い習慣を続けましょう。

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

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。