



【2007年8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
				問合せ 美サイクル館
1 (木)		麻疹・風疹⇒ 沢住医院 三種混合⇒ 沢住医院 BCG ⇒ 沢住医院 ■ 移動献血車「ひまわり号」巡回⇒ 10:30～11:30留萌開発事務所前(堀川町2) 12:30～14:00留萌市立病院職員通用口前(東雲町2) 14:30～16:00ホームマックスパルク前(南町4)		
2 (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 ■ 移動献血車「ひまわり号」巡回⇒ 10:30～12:30留萌開発建設部前(寿町1) 13:30～14:40ラルズプラザ留萌店前(錦町2) 15:00～16:00留萌信用金庫本店前(花園町2)		
3 (金)		■ 移動献血車「ひまわり号」巡回⇒ 10:30～11:30留萌地方合同庁舎前(大町2) 12:30～14:30留萌市役所前(幸町1) 15:00～16:00保健福祉センターはーとふる前(五十嵐町1) ● 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		
4 (土)				
5 (日)	■ るもい呑涛まつり「納涼花火大会」 時間/20:00～ 場所/留萌港南岸壁			
6 (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		
7 (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7月生)⇒ 受付時間13:00～13:30/ はーとふる		
8 (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(H18年1月生)⇒ 受付時間13:00～13:30/ はーとふる		
9 (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 ■ フッ化物塗布(1歳6カ月～/予約制)⇒ 10:00～11:00/14:00～15:00/ はーとふる		
10 (金)		ピンピンからだ広場⇒ 13:30～15:30/ はーとふる		
11 (土)				
12 (日)	「児童応募作文(21世紀へのメッセージ)」開封事業(周年記念事業) 時間/10:00～ 場所/千望台(開封セレモニー)			
13 (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		
14 (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		
15 (水)	■ 平成19年度 全国戦没者追悼式 時間/12:00～ 場所/留萌市中央公民館	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
16 (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		【粗大ごみ】寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台
17 (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(内戦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」としてしました綿製品(50%以上)を分別回収します。 皆さん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

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	日刺ビル前	錦町1	錦町2
月～金	午前9:00～12:00 午後4:00～7:00	←増毛方面 231号	↑クニ薬局前	↑ラルズ前
土	午前9:00～午後4:00		はしばトントン動物病院↑	↑矢野写真館前

☆☆ 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 → 改善で見えてくる生産革新 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

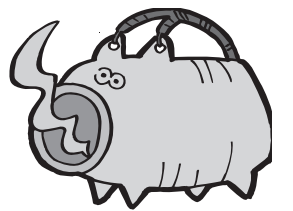


留萌市花園町2丁目1番8号 0164-42-1250
<http://www.shinkin.co.jp/rumoi/>



【2007年8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	
18 (土)				
19 (日)	■救急当番医 渡部整形外科医院 栄町3丁目 ☎42-5011			
20 (月)	■平成19年度 留萌市平和祈念式典 時間/13:00 ~ 場所/留萌市中央公民館	ピンピンからだ広場 ☎ 10:00 ~ 12:00/13:30 ~ 15:30/ はーとふる	「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/9:45 ~ 10:00	
21 (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 (H19年4月生) ☎ 受付時間13:00 ~ 13:30/ はーとふる		
22 (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10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	
23 (木)	■図書館 (開館時間の延長) 時間/ ~ 19:30	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 ■先天性股関節脱臼検診 ☎ 受付時間11:50 ~ 12:00/ 市立病院 ■フツ化物塗布 (1歳6カ月 ~ /予約制) ☎ 13:30 ~ 15:00/ はーとふる ●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】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	
24 (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	【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	
25 (土)				
26 (日)	■「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	●無料法律相談【予約制】 ☎ 11:00 ~ 14:30/ 消費生活センター		
27 (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		
28 (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 ■結核住民検診 ☎ 9:30 ~ 10:00 幌糠地区公民館前 (幌糠町) 10:20 ~ 10:40 風土工房こさえる前 (藤山町) 11:00 ~ 11:30 大和田郵便局前 (大和田町3) 13:15 ~ 13:40 潮静住民センター前 (潮静1) 13:55 ~ 14:25 東部地区公民館前 (南町2) 14:40 ~ 14:55 みどりヶ丘ストア・柳沢商店前 (緑ヶ丘町2) 15:10 ~ 15:30 千鳥児童センター前 (千鳥町3) 15:45 ~ 16:05 ひろ美容室前 (千鳥町1) 16:20 ~ 16:40 自由ヶ丘会館前 (千鳥町4)		
29 (水)	■留萌青年大学第3講座 開演 /19:00 ~ 場所 / 留萌産業会館 ■Let's! 離乳食教室 時間/10:00 ~ 12:00 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 ■結核住民検診 ☎ 9:00 ~ 9:25 堀川町内会館前 (堀川町2) 9:50 ~ 10:05 三泊住民センター前 (三泊町) 10:20 ~ 10:35 春日児童センター前 (春日町1) 10:50 ~ 11:10 港北コミュニティセンター前 (元町5) 11:25 ~ 11:50 保健福祉センターはーとふる前 (五十嵐町1) 13:15 ~ 13:35 留萌市役所庁舎前 (幸町1) 13:50 ~ 14:05 武藤商店前 (港町2) 14:20 ~ 14:35 阿部砂利 (株) 前 (瀬越町) 14:50 ~ 15:10 留萌地方合同庁舎前 (大町2) 15:30 ~ 15:50 給食センター前 (東雲町1) 16:05 ~ 16:35 サンライズ留萌前 (東雲町2)		
30 (木)	■いきいきクッキング 時間/10:00 ~ 13:00 場所 / はーとふる ■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 ■結核住民検診 ☎ 9:20 ~ 9:35 平野商店前 (礼受町) 9:50 ~ 10:10 浜中会館前 (浜中町) 10:25 ~ 10:45 安達産業 (株) 前 (沖見町3) 11:00 ~ 11:30 港南コミュニティセンター前 (沖見町5) 13:20 ~ 13:35 雇用促進平和台管理事務所前 (平和台2) 13:50 ~ 14:15 萌晴会館前 (見晴町5) 14:30 ~ 14:45 寿児童センター前 (寿町3) 15:00 ~ 15:30 ラルスプラザ留萌前 (錦町2) 15:45 ~ 16:05 見晴公園前 (見晴町1) 16:15 ~ 16:30 八幸会館前 (泉町1)		
31 (金)	■国民健康保険税第2期納期限 ■市道民税第2期納期限 (税務課)	■結核住民検診 ☎ 9:10 ~ 9:30 北海道留萌保健所前 (住之江町2) 9:45 ~ 10:00 花園会館前 (花園町3) 10:15 ~ 10:30 沢住内科小児科医院前 (開運町3) 10:45 ~ 11:05 共同福祉センター前 (開運町2) 11:20 ~ 11:40 北海道労働金庫留萌支店前 (明元町6) 13:15 ~ 13:30 空知しんくみ前 (末広町2) 13:45 ~ 14:00 ビックリキッキー前 (末広町2) 14:15 ~ 14:40 港東コミュニティセンター前 (高砂町2) 14:55 ~ 15:20 保健福祉センターはーとふる前 (五十嵐町1) ピンピンからだ広場 ☎ 13:30 ~ 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。	▶結核住民検診(レントゲン間接撮影) □対象 65歳以上の市民(ただし、3ヶ月以内の結核・肺がん健診受診者、妊婦、妊娠の可能性のある人、学生は除く) □料金 無料 ■問合せ はーとふる 保健医療課 ☎49-2558 ▶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」として扱っていた綿製品(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 ぶるも ☎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。