



【2007 年 12 月】 ぐらしのカレンダー



	イベントなど	保 健 ・ 相 談		粗大ごみ
				問合せ 美サイクル館
1 (土)				家庭ごみ処理手数料
2 (日)				12月1日から「家庭ごみ処理手数料」が改正になります。旧ごみ袋で出す場合には、差額シールが必要です。
3 (月)	★「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/ 9:45 ～10:00	■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) ★ピンピンからだ広場☞ 10:00 ～12:00/13:30 ～15:30/ はーとふる		差額シールの貼っていないものは、収集できません。 詳しくは、美サイクル館までお問い合わせください。
4 (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11月生)☞ 受付時間 13:00 ～13:30/ はーとふる ■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ホームマックスパリュ前(南町4)		
5 (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5月生)☞ 受付時間 13:00 ～13:30/ はーとふる ■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)		
6 (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 ■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) ●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		美サイクル館からのお願い ●最近特に、生ごみに水切りネット、ポリ袋が多量に混入されています。 ●燃やせるごみ(可燃)に、金属類、生ごみ、木くず、ゴム類等が混入しています。 いずれも、機械の破損の原因や、手選別をしている作業員の事故につながりますので絶対に入れないで下さい。
7 (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		
8 (土)	■親子料理教室 時間/10:00 場所/ はーとふる			
9 (日)	救急当番医 澤住内科小児科医院 開運町3丁目 ☎ 42-1531	■「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	■第4回留萌げんき mori MOR I 音楽祭 開演/12:30 ～ 場所/留萌市文化センター	
10 (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		
11 (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8月生)☞ 受付時間 13:00 ～13:30/ はーとふる		
12 (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(H19年2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
13 (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
14 (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) ▶高齢者インフルエンザ予防接種 ※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 20 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。 ※綿製品の回収をしています。今まで「もやせないごみ」としていました綿製品 (50%以上) を市内 20 ヲ所で分別回収をしています。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

はしばトント動物病院

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

月～金 午前 9:00～12:00 午後 4:00～7:00

土 午前 9:00～午後 4:00

日曜ビルさん ☐

タニ薬局さん ☐

増毛方面 231号

深川方面

はしばトント動物病院 ↑

↑ラルズさん

↑矢野写真館さん

もう12月です。

狂犬病予防注射を忘れていませんか?

今年のうちに受けましょう!

☆☆ 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

☆管理者向け

①目標達成のためのリーダーシップ H20. 1.21 ～ H20. 1.22 (2日間コース)

②事例に学ぶ運送業界活性化講座 H20. 1.22 ～ H20. 1.23 (2日間コース)

③新会社法に対応した農業法人化 H20. 1.28 ～ H20. 1.30 (3日間コース)

④事例に学ぶ観光産業活性化講座 H20. 2. 5 ～ H20. 2. 6 (2日間コース)

⑤事例に学ぶ建設業界活性化講座 H20. 3. 3 ～ H20. 3. 5 (3日間コース)

講座の一例です。詳しくはお近くの窓口へご相談ください

	イベントなど	保 健 ・ 相 談		粗大ごみ
				問合せ 美サイクル館
15 (土)				
16 (日)				
17 (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		
18 (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		
19 (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・末広町・旭町
20 (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)☎ 13:30 ～15:00/ はーとふる		【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
21 (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
22 (土)				
23 (日)	天皇誕生日	●無料法律相談【予約制】☎ 11:00 ～14:30/ 消費生活センター		
24 (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		
25 (火)	■国民健康保険税第6期納期限 ■市道民税第4期納期限(税務課)	▼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		
26 (水)		▼麻疹・風疹☎沢住医院 ▼三種混合☎沢住医院 ▼ BCG ☎沢住医院		
27 (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 ■先天性股関節脱臼検診☎受付時間11:50～12:00/ 市立病院		■年末・年始のごみ収集 12/28 (金) 生ごみ・もやせるごみ(可 燃)・もやせないごみ(不燃)・ペットボ トルの4種類です。 1/4 (金) 生ごみ・もやせるごみ(可燃)・ もやせないごみ(不燃)・ペットボトルの 4種類です。 ※資源ごみは金曜日地区だけです。 他の地区は収集しません。
28 (金)	市役所御用納め			
29 (土)	市役所閉庁			
30 (日)				
31 (月)	★「おもいっきり留萌市」エフエムもえる 時間/ 9:45 ～10:00			
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) ▶高齢者インフルエンザ予防接種 ※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 20 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。 ※綿製品の回収をしています。 今まで「もやせないごみ」としていま した綿製品 (50%以上) を市内 20 カ 所で分別回収をしています。 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 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

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 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



人も地球も健康に
Yakult

おなかの中の悪い菌を減らして、
腸内環境を改善してくれる。



L. カゼイ・シロタ株、
あなたの味方です。

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 TEL 4 3 - 8 9 6 0



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Z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))

「関節痛、神経痛、腰痛に」



だまされて
いませんか?

「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。」