



●渡部整形外科医院（栄町3丁目） ☎42・5011

◆日時 7月10日(日) 9:00～17:00

※上記以外の日曜日・祝日及び夜間の診療はかかりつけの病院・医院へお問い合わせください。

※市立病院は2次医療病院として、すべての土曜日・日曜日・祝日・夜間に対応しています。

図書館からのお知らせ ☎42・2300(図書館)

●休館日

毎週月曜日と29日(金)

●土曜おはなし会（幼児～小学生向け）

日時 9日(土)、23日(土) 13:30～

●ちいさいこのおはなしかい（0～2歳児向け）

日時 15日(金) 11:00～

●水曜おはなし会（0～2歳児向け）

日時 20日(水) 11:00～

●映画会「日本昔ばなし（梨山の犬、へび女房、念仏の鼻、幽霊船）」(46分、児童向け)

日時 24日(日) 10:30～上映

●映画会「マトリックス」(136分、一般向け)

日時 24日(日) 13:30～上映

ごみなどの収集日 ☎46・1600(美サイクル館)

●粗大ごみの収集日

●A地区 20日(水) ●B地区 21日(木)
●C地区 22日(金) ●D地区 27日(水)
●E地区 28日(木) ●F地区 29日(金)

●草の収集日

●A地区 6日(水) ●B地区 7日(木)
●C地区 8日(金) ●D地区 13日(水)
●E地区 14日(木) ●F地区 15日(金)



収集地域

●A地区…大町・瀬越町・港町・明元町・幸町・本町
●B地区…寿町・礼受町・浜中町・沖見町・平和台
●C地区…見晴町・宮園町・錦町・開運町・栄町
●D地区…三泊町・塩見町・春日町・元町・船場町・花園町・末広町
●E地区…住之江町・泉町・野本町・千鳥町・元川町・神居岩・堀川町
●F地区…東雲町・緑ヶ丘町・南町・潮静・大和田・藤山町・幌糠町
中幌・樽真布・南幌・峠下町・東幌

納税相談窓口と税納期限 ☎42・1804(市・税務課)

●夜間納税相談窓口

◆日時 28日(木) 17:20～20:00

●休日納税相談窓口

◆日時 24日(日) 9:00～17:00

※夜間・休日納税相談窓口の開設場所は、市役所2階の市・税務課です。

●固定資産税第2期、国民健康保険税第1期納期限

◆納期限 8月1日(月)

7月 暮らしのお知らせ



子どもの予防接種と健康診断

○各医療機関で行う予防接種

●三種混合・麻しん・風しん（乳幼児）

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間 平日 9:00～11:30 13:30～16:30
土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 毎週木曜日 13:30～15:00

●麻しん・風しん（13歳・18歳）

川上内科医院（予約制） ☎43・6451

藤田クリニック（予約制） ☎42・1660

たけうち内科循環器内科（予約制） ☎42・8820

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間（川上内科医院・藤田クリニック）

平日 8:30～11:30 13:30～16:00

土曜日 8:30～11:00

◆時間（たけうち内科循環器内科）

平日 8:00～11:30 13:00～15:30

水・土曜日 8:00～11:30

◆時間（沢住内科小児科）

平日 9:00～11:30 13:30～16:30

土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 毎週月曜日～金曜日8:45～11:30 13:30～16:00

●BCG

沢住内科小児科 ☎42・1531

◆日程 毎週月曜日～土曜日

◆時間 平日 9:00～11:30 13:30～16:30

土曜日 9:00～11:30

市立病院（予約制） ☎49・1011

◆日時 14日(木)、28日(木) 13:30～15:00

○はーとふる（☎49・2558）で行う健康診断

●4カ月児健診（平成23年3月生まれ）

◆日時 26日(火) 13:00～13:30

●9カ月児健診（平成22年9月生まれ）

◆日時 27日(水) 13:00～13:30

※会場で図書館のブックスタートも実施します。

●1歳6カ月児健診（平成21年12月生まれ）

◆日時 6日(水) 13:00～13:30

●3歳児健診（平成20年6月生まれ）

◆日時 5日(火) 13:00～13:30

るもい健康の駅からのお知らせ ☎43・8121

●イベントのお知らせ（要事前予約）

2日(土)	AED体験講習会（13:00～ 定員12名）
9日(土)、23日(土)	るもい基礎老年医学講座（9:30～） ※第2、第4土曜日全12回シリーズです。 （参加料 1講座 500円/全講座の場合 5,000円）
16日(土)	「看護師のお仕事」（13:00～ 定員20名/中高生対象）

23日(土)	マンスリー健康講座（13:00～ 定員40名） 「介護保険制度のしくみと利用方法」
30日(土)	子ども実験室「ドライアイスの不思議」 （13:30～ 定員10名/小中学生対象） ※牛乳・卵アレルギーのある方は、予約時必ず事務員までお伝えください。

●眼底撮影と健康アドバイス（要事前予約/各定員12名）毎週水曜日

はーとふるの保健・介護予防事業 ☎49・2558(市・保健医療課、介護支援課)

※健康・栄養相談（乳幼児～成人）のみ住之江児童センターで実施されます。

●母子健康・栄養相談（乳幼児）

◆日時 7日(木)、28日(木) 9:30～11:30 13:00～15:00

●健康・栄養相談（乳幼児～成人）

◆日時 14(木)10:00～11:30 ◆会場 住之江児童センター

●フッ化物塗布

◆日時 7日(木) 10:00～11:00 12:30～15:00
28日(木) 13:30～15:00

●ピンピンからだひろば

◆日程 毎週月・金曜日（7月18日(月)はお休みです）

◆時間 月曜日 10:00～12:00 13:30～15:30
金曜日 13:30～15:30

東日本大震災に伴う緊急のお知らせ

☎42・1806（市・生活環境課）

今月号の健康コラムはお休みさせていただきます。ご了承くださいませようお願いいたします。

家庭でできる節電、7つのポイント

東日本大震災の影響により、電力不足が心配されています。地球温暖化防止のためにも、日頃から節電に努めましょう。

1. こまめにスイッチオフ！
照明や電化製品は使わない時にはこまめにスイッチを切りましょう。
2. 待機電力を削減！
年間電気量の6%は待機電力といわれています。使わない時はプラグを抜きましょう。
3. エアコンで節電！
温度の設定や風向きの調節、フィルターの掃除などにより、消費電力が削減できます。
4. 冷蔵庫で節電！
余分な開け閉めをしない、物を詰め込みすぎない、熱い物を入れないようにしましょう。
5. 照明で節電！
リモコンは使わずスイッチの電源を切る、省エネ型の器具を使いましょう。
6. テレビで節電！
消す時は主電源をオフ、画面をきれいにし、音量、明るさなどを調節しましょう。
7. 他にもこんなところで節電！
炊飯器や電気ポットの保温、洗濯はまとめ洗いをするなど、家の中ではいろいろな節電ができます。

※詳しくは、環境省HPをご覧ください。



環境省HPアドレス <http://www.challenge25.go.jp/setsuden/home/>