



## 介護予防講座「えみなメイト」**無料**

65歳以上の方が対象です。汗拭き用タオルと飲み物を持参し、動きやすい服装と靴で当日直接お越しください。いずれも2時間程度です。

日	時	会場
4日(火)	10:00	幌萌町会館
5日(水)	10:00	母恋会館
7日(金)	10:00	日の出町三丁目町会館
		白鳥台会館
10日(月)	10:00	高砂町会館
		天神町会館
12日(水)	10:00	瑞の江会館
		緑ヶ丘町会館
13日(木)	10:00	港北町会館
14日(金)	10:00	絵鞆町会館
	13:30	中島会館
17日(月)	14:00	道常常盤団地集会所
18日(火)	10:00	本町会館
		市民会館

日	時	会場
19日(水)	10:00	港南町会館
	13:30	室蘭工業大学学生会館
20日(木)	10:00	舟見町会館
21日(金)	10:00	八丁平町会館
		知利別町楽山ヶ丘自治会館
24日(月)	10:00	保健センター
25日(火)	10:00	御崎町会館
26日(水)	10:00	柏木町会館
27日(木)	13:30	中島連合会館
28日(金)	10:00	本輪西会館

《詳細》健康推進課 ☎45-6610



## 休日歯科救急医療

(9:00~11:00)

診療日	当番病院
2日(日)	岩倉歯科 水元町12-6 ☎45-7117
9日(日)	いちはし歯科 本輪西町3-6-13 ☎55-4323
16日(日)	すすき歯科医院 高砂町5-12-15 ☎46-3434
23日(日)	柴田歯科医院 中島町1-24-7 ☎44-1022
30日(日)	高橋歯科医院 本輪西町1-6-8 ☎55-8401



## 移動献血車 「ひまわり号」



《詳細》北海道赤十字血液センター  
室蘭出張所 ☎45-8730

巡回日時	会場
5日(水) 9:00~10:00	北海道電力(株) 室蘭支店



## 健康相談 **無料**

体と心の健康を維持するためには、日頃から適度な運動を続けて、毎日の食事や自分の体調の変化に気を付けることが大切です。気になることがあるときには、すぐに相談しましょう。

行事名	実施日	時間	会場	申込先・詳細
健康相談 <b>当日直接</b>	毎週 月・水・金曜日	10:00 ~ 11:30	保健センター	健康推進課 ☎45-6610
メタボリック・ダイエットの相談 <b>当日直接</b>	5日(水)	9:30 ~ 16:00		
女性のための健康相談 <b>当日直接</b>	19日(水)			
体脂肪と筋肉量の測定 <b>当日直接</b>	12日(水)・26日(水)			
からだと食事の健康相談 <b>要予約</b>	毎週月~金曜日			
勤労者のための健康相談 <b>予約</b>	整形外科・リハビリ科 安藤 淳 医師	7日(金)	保健センター	室蘭地域産業 保健センター ☎45-4393
	消化器科・内科 神島雄一郎 医師	13日(木)		
	全科 草場 鉄周 医師	18日(火)		
	内科・消化器科 近藤 哲夫 医師	25日(火)		
心の健康相談 <b>予約</b>	11日(火)	午後	室蘭保健所 子ども・健康推進課 精神保健福祉係 ☎24-9847	



## 6月4日~10日 歯と口の健康週間

### きれいな歯は大切な宝物 **無料**

歯と口の健康週間に合わせ、歯と口の健康づくりの情報を発信するイベントです。



会場 市民会館

6/8日  
10:00~15:00

図画・ポスターの展示と表彰式



6/9日  
10:00~16:00

□の健康チェック、  
□腔清掃指導、歯科相談、栄養相談、  
歯科技工物・口腔ケアグッズの展示、  
フッ化物塗布・洗口体験コーナー

《詳細》室蘭歯科医師会 ☎43-3522

## 肝炎ウイルス検診

### 自己負担額が変更になりました

肝炎ウイルス検診の実施方法の一部変更に伴い、自己負担額が変更になりました。肝炎ウイルス検診で追加検査が必要になった場合は、検診料1,100円のほかに、追加検査料として1,400円がかかります。詳細は、お問い合わせください。

《詳細》健康推進課 ☎45-6610