

# お知らせ 暮らしの情報満載 ステーション

## 室蘭市役所

〒051-8511 幸町1-2  
☎221111(代) ファクス247601  
Eメールアドレス  
info@city.muroran.hokkaido.jp  
ホームページアドレス  
http://www.city.muroran.hokkaido.jp/



座習  
講義

### 糖尿病学ぼうつ会(無料)

健康づくり課 ☎456610

対象 健診などで糖尿病と言われた70歳未満の人やその家族、糖尿病について理解を深めたい人

70歳以上の人は個別の相談に  
応じます。

日時 3月18日(木)・24日(水)(2  
回1コース) 9時30分～11時

会場 保健センター

内容 保健師・栄養士による糖尿病の話、生活改善のポイント、体操など  
用意する物 健康手帳(当日発行もできます)  
申込方法 前日までに電話で  
むろらんおもしろ史講演会  
(無料)  
総務課 ☎252215

日時 2月7日(土) 13時～14時  
会場 図書館

講師 室蘭地方史研究会会員  
小田島洋さん

演題 室蘭医業の始祖 御雇医師 野村周南

申込方法 当日直接

くらしの講座(無料)  
遣伝子組換え食品を学ぼう

市・市民生活課 ☎252380  
室蘭消費者協会 ☎231580

日時 2月23日(月) 13時30分～15時  
会場 胆振地方婦人会館

講師 北海道消費者協会主任技師 須藤栄さん

定員 100人(先着順)  
申込方法 2月13日までに電話で

女性の集い  
みんなが住みたい  
マチづくりをめざして

室蘭市婦人団体連絡協議会(堤)  
☎450870

日時 2月14日(土) 10時～12時  
会場 胆振地方婦人会館

講師 NPO法人羅針盤理事長 白川皓一さん  
演題 このマチが好きだから  
参加料 300円  
申込方法 当日直接



初入学児童に  
入学通知書を発送

学校教育課 ☎225055

今年4月から小学校に入学する児童に、1月21日付けで入学通知書を発送しました。

対象 平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた児童  
入学通知書が届かない人は連絡してください。

電話加入権の公売

納税課 ☎252321

差し押さえ電話加入権を公売し、売却代金を滞納市税に充当します。

日時 2月26日(木) 13時30分  
(事前説明は13時10分から)  
会場 市役所2階1号応接室  
公売予定数 10本

公売日までに滞納市税の納付などがあつた場合は公売を中止することがありますので、参加を希望する場合は、前日に確認してください。

## リサイクルプラザの楽しい教室

《詳細》西いぶりリサイクルプラザ ☎590319

3月までの毎週、教室を開催しています。材料費200円、電話で申し込み(先着順)。

曜日	教室名	時間	定員(人)
月	紙すき教室	13:30～15:30	30
火	石けん作り	13:30～15:30	20
木	紙すき教室	13:30～15:30	30
	プチプラスト	16:00～18:00	10
土	プチプラスト	13:30～15:30	10
	紙すき教室	16:00～18:00	30
日	石けん作り	13:30～15:30	20
	ボトルクラフト	16:00～18:00	10

プチプラスト...グラス・びんなどへのマーク入れ  
ボトルクラフト...びんを溶かして花びんなどオリジナル作品づくり

### エコでできるパーティー料理 プラザ エコクッキング教室

日時 2月17日(火) 10:00～13:00  
会場 リサイクルプラザ2階工房  
定員 40人(先着順) 参加料 500円  
用意するもの エプロン、スカーフ  
申込方法 電話で

《詳細》西いぶり廃棄物処理広域連合  
☎590705



## 新春むろらん クロスワードパズル 解答

応募総数290通で、正解は265通でした。正解者のうち抽選で20人に賞品をお届けしました。たくさんのご応募ありがとうございました。

解答 エコロパニシイブリ  
(エコロパ西いぶり)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
カ	ガ	ク	ノ	タ	カ	ラ	バ	コ	
8	イ	タ	ン	キ		ザ	ッ		エ
カ		シ		ワ	ン	パ	タ	ー	ン
11	ク	シ	ョ	ウ	バ	ー	ル		
		ロ	ウ	ソ	ク	イ	ワ		ダ
14	マ	ウ		ツ	ジ		タ	ダ	イ
		ト	ウ	キ	ョ	ウ	シ	キ	ヤ
25	ブ		ニ		ウ	エ	ス		モ
28	タ	イ	ド	ウ		コ		カ	ン
30	イ	ロ	ン			エ	ム	ラ	ン
									ド

# 今月の本

## 図書館の新着本案内

一般書

僕と先輩のマジカル・ライフ  
(はやみねかおる)  
眼球の毛(青来有一)  
『忘れられた日本人』を読む  
(網野喜彦)  
ひきこもり文化論(斎藤環)  
ディベートのすすめ(望月和彦)  
異国の狐(東郷隆)  
サイコトパス(山田正紀)  
逃避行(篠田節子)

児童書

時計の大研究(織田一朗)  
おじいちゃんは遊びの名人  
(多田千尋)  
おばあちゃんは遊びの達人  
(多田千尋)  
こうちゃんごんたくれ(鹿島和夫)  
新選組(三田村信行)  
のはらのおみせ(ほりかわりまこ)  
ファインディング・ニモ(斎藤  
妙子)

**収蔵資料整備のため  
民俗資料館を臨時休館**  
2月1日(日)~3月19日(金)  
《詳細》民俗資料館 ☎ 59 4922

チャイルドシートを  
貸し出し(無料)  
市民生活課 ☎ 25 2 3 8 1  
市は、2週間を限度に、チャ  
イルドシートを市民の皆さんに

放送大学の学生を募集  
放送大学北海道学習センター  
☎ 0120・864・600  
放送大学は、テレビやラジオ  
を利用して学習する通信制の大  
学です。  
対象 15歳以上  
募集学部 全科履修生: 大学卒  
業(4年以上在学)を目指す人  
選科履修生: 1年間在学する人  
科目履修生: 1学期間(6カ月)  
在学する人  
募集期間 2月29日まで(必着)

決定事項  
平成16年度教育予算に係る意  
見書を市長に提出することを決  
めました。  
学校給食費等について、室蘭  
市学校給食運営協議会に諮問す  
ることにしました。

「ふれあいバス」で出かけよう  
道南バス ☎ 45 2 1 3 1  
市・介護福祉課高齢福祉係  
☎ 25 2 8 7 2  
室蘭・登別・伊達市内を運行す  
る路線バスに自由に乗り降りで  
きる定期乗車券「ふれあいバス」  
を道南バスで販売しています。  
対象 満70歳以上の市民  
発売場所 東町ターミナル、長  
崎屋室蘭中央店、丸井今井室蘭  
店ほか  
料金 1カ月3千900円(4千500  
円のところ市が600円補助)  
購入に必要なもの 健康保険  
証、介護保険証、運転免許証の  
いずれか一つ 写真(縦3cm、  
横2.5cm、スナップ写真可)  
印鑑



無料で貸し出しています。  
対象 4歳未満の乳幼児のため  
に使用する人(1世帯1台)  
申込方法 運転免許証または健  
康保険証の写しを持参し、市民  
生活課(本庁2階)へ直接

入学試験はありません。入学  
料・授業料などの詳細は電話か  
ホームページ(<http://www.u-air.ac.jp/hp/>)で。  
大規模小売店舗立地法に  
基づく届出書の縦覧  
産業振興課 ☎ 43 3 2 5 5  
「ポスフル室蘭店(東町)  
の営業時間変更についての届出  
書を4月5日まで、(株)太陽流通  
「室蘭ビル」(入江町)の店舗  
新設についての届出書を4月9  
日まで縦覧をしています。  
縦覧場所 産業振興課(中小企  
業センター3階)

## 確定申告、市・道民税の申告は 2月16日から3月15日まで

### 確定申告(所得税の申告)が必要な人

不動産収入のある人 土地や建物を売った人 一  
時所得、雑所得などがある人  
【サラリーマンの場合】 給与収入金額が2千万円を超  
える人 給与を2カ所以上から受けている人 給与  
所得や退職所得以外の所得金額が20万円を超える人

### 所得税の還付申告

次のような人は所得税が還付されます  
医療費控除(介護保険利用者負担等も含む)や住宅借入  
金等特別控除などを受ける人 中途退職者で年末調整  
を受けなかった人 寄付した人  
還付申告に必要なもの  
医療費控除、寄付をした人...領収書か証明書 住宅  
借入金等特別控除...登記簿謄本、工事請負契約書か売買  
契約書、住民票、借入金残高証明書など サラリーマ  
ンや年金受給者...源泉徴収票 その他 平成15年中の  
収入を証明する書類及び支払った各種健康保険料・介護  
保険料・国民年金保険料の領収証書、生命保険・損害保  
険料の支払い証明書、印鑑、前年の確定申告書等の控え、

申告証は、自分で作成してお早めに

計算器具、筆記具、本人名義の口座番号  
申告場所と時間 税務署または市役所1階中会議室  
9時~17時  
ただし郵送での提出は税務署へ  
国税庁のホームページで確定申告書等が作成できます—  
ホームページアドレス<http://www.nta.go.jp/>

### 市・道民税の申告が必要な人

平成16年1月1日現在、市内に住んでいる人  
ただし、次の人は申告する必要はありません。  
税務署に確定申告をした人 勤務先で年末調整をし  
た人 収入が公的年金だけで、次に該当する人  
・昭和14年1月1日以前に生まれた人で、年金総額が  
266万6,667円以下の人 ・昭和14年1月2日以降に生ま  
れた人で年金総額が102万円以下の人  
収入がなく、扶養家族になっている人  
市・道民税の申告書は1月20日に郵送しました—  
申告書が届いた人は、必ず提出を。申告書は確定申告  
書とともに各サービスセンターにも置いています。  
申告場所と時間 市役所1階中会議室 9時~17時

《詳細》市・課税課市民税係 ☎ 25 2 2 9 4  
室蘭税務署(〒051-0023入江町1-13)  
☎ 22 4 1 5 1



住民基本台帳カードがさらに便利に  
サービスセンター ☎ 25 2 4 1 6

本人の希望により交付している住民基本台帳カードが、図書館での本の貸し出しや公的個人認証サービスにも利用できるようになりました。また、写真付の住民基本台帳カードは身分証明書としても使用できます。

申込方法 写真(写真付きを希望する人)、パスポートや運転免許証などの官公署が発行した写真付きの身分証明書、印鑑を持参しサービスセンターで直接本人を確認できるものがないときは、照会文書を郵送し確認します。

手数料 500円

住民基本台帳カードによる公的個人認証サービスがスタート今後、様々な行政機関への申請や届出手続きが自宅のパソコンからインターネットを通じて手軽にできるようになります。この際、他人によるなりすまし申請や、通信途中での改ざんを防ぐ必要があるため、本人確認の電子証明書を発行する、公的個人認証サービスがスタートしました。電子証明書は本人の申請により、本庁サービスセンタ

いで発行します。

申込方法 住民基本台帳カード(ICカードなど)と写真付きの公的個人身分証明書(運転免許証など)を持参し、本庁サービスセンターで直接  
手数料は3月末まで無料(4月以降は手数料500円を予定)。

学校体育館の利用者を募集

体育協会(市体育館内) ☎ 050・0073宮の森町4-1-43  
☎ 447521、ファクス 434744

スポーツ活動の場として、小学校21校(喜門岱小学校を除く)と港南中学校の体育館を開放します。

対象 市民または市内に通勤している人のグループで、常時15人以上が活動できる団体  
期間 4月1日から1年間

学校体育館の利用日時

曜日	時間
月～金曜日・祝日	18:00～20:30
土曜日	13:00～15:30
	15:30～18:00
	18:00～20:30
日曜日	9:00～12:00
	13:00～15:30
	15:30～18:00
	18:00～20:30

使用料 無料(照明代は有料)  
申込方法 3月2日から7日ま

で、市体育館、入江運動公園温水プール、サンライフ室蘭にある用紙に記入し、郵送、ファクスまたは直接  
スポーツ少年団以外の団体は、原則週1回の利用となります。



平成16年度  
市建設工事・物品等競争入札参加資格者申請受け付け  
管財契約課工事担当 ☎ 25 2 1 2 4 2 5、物品担当 ☎ 25 2 1 2 4

受付期間と時間 2月2日(月)～20日(金)、9時～17時(土・日・祝日を除く)

受付場所 管財契約課契約係  
申請書の頒布場所 建設工事等：室蘭建設業協会 ☎ 22 1 0 4 5(入江町1-74) 物品等：市役所本庁売店(一部500円)

申請できない者  
・契約を締結する能力を有しない者および破産者の宣告を受けている者

・建設工事は許可年数が2年未満の者、設計、測量等および物品、業務委託などは営業年数が1年未満の者(審査基準日平成16年1月1日)

・市税および国税(消費税・地方消費税)を滞納している者

シリーズ 介護保険

《詳細》介護福祉課  
介護保険料係  
☎ 25 3 0 2 9

介護保険の被保険者証

65歳になると介護保険第1号被保険者となり、誕生月(1日生まれの人は誕生月の前月)の初めに「介護保険被保険者証」が送られます。

「介護保険被保険者証」が届いたら、名前、住所、生年月日をよく確認してください。介護保険料の納付書は、保険証が送付された翌月の中旬に送られます。

「介護保険被保険者証」は...  
要介護認定を申請するときに、申請書に添付してください。要介護度や認定の有効期間が記載されます。

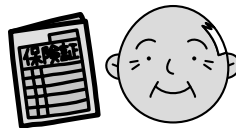
要介護認定を受け、介護保険サ-

保険証は紛失しないよう大切に保管しましょう

ビスを利用するときに居宅介護支援事業所・介護サービス事業所・介護保険施設に提示してください。

《注意》

要介護認定を受けていない人は、保管しておいてください。  
医療保険を使用する際は提示の必要はありません。  
転出等により被保険者の資格がなくなったときや記載内容に変更があった場合は、返却してください。  
紛失・破損等の場合は再交付しますので、ご連絡ください。



ひなまつい

こども折りがみ教室 (無料)

小学生を対象に折りがみでおひなさまやひな台を作ります。

日時 2月28日(土)  
13時30分～15時30分

会場 図書館

定員 25人(先着順)

用意する物 はさみ、のり、両面テープ

申込方法 図書館に直接または電話で



《詳細》図書館

☎ 22 1 6 5 8



## となりまち ホットライン



登別市のお知らせ  
親子でお楽しみください  
カルルス温泉冬まつり



スキー場を使ったたくさんのゲームを親子で楽しんだあと、疲れた体をカルルス温泉の名湯でゆっくりと癒していきませんか。

日程 3月7日(日)  
時間と内容 10時～雪中みかん拾い、10時30分～親子ボブスレー大会、11時～ストライクワン、13時30分～オロフレ雪原宝探し、14時～雪上もちまき  
会場 サンライバスキー場  
《詳細》登別観光協会 ☎84 3 3 1 1

伊達市のお知らせ



さあ!元気出していけさ!!  
どさコンへお越しください

第5回どさんこミドルエージバンドコンテストを開催します。おじさん、おばさんバンドの祭典として定着してきた、どさコンに家族そろってお越しください。  
日時 2月8日(日) 開場12時30分、開演13時  
会場 だて歴史の杜カルチャーセンター  
入場料 無料(エルム多米楽器器楽店などで整理券を配布中)  
《詳細》伊達メセナ協会事務局 ☎0142 22 1 5 1 5

子育てのためのヘルパーを派遣  
子ども家庭課 ☎25 2 4 9 4  
ひとり親家庭等ヘルパー派遣  
対象 技能習得のための通学や就職活動などの自立促進に必要な場合や、疾病、出産、看護、冠婚葬祭、出張などの理由でヘルパーが必要な母子・寡婦・父子世帯  
利用期間 1回の申し込みにつき原則10日間以内  
内容 乳幼児の保育、食事の世話、住居の掃除、生活必需品の買い物など  
料金 600円(2時間につき)  
生活保護世帯と市民税非課税世帯は無料。児童扶養手当受給世帯は300円。  
産後ママヘルパー派遣  
対象 市内に住む産後間もない家庭の母と子で、援助してくれる家族がいない人  
利用期間 退院後1カ月の間に10日間以内

内容 乳幼児のむく浴、食事の世話、洗濯、掃除、生活必需品の買い物など  
料金 1千610円(2時間につき)  
生活保護世帯と市民税非課税世帯は無料。所得税非課税世帯は250円  
利用時間 いずれも原則8時から18時までの2時間  
申込方法 利用希望日の7日前まで、子ども家庭課に直接  
室蘭育英会奨学生募集  
室蘭育英会事務局(文化センター内) ☎22 2 3 8 9  
対象 新たに高校、高専、大学に入学する人および在学中の人で、父母または保護者が市内に1年以上居住している人  
優れた資質があり、経済的理由で就学が困難な人  
募集人数と貸与月額  
高校 2人 9千円  
高専 1人 1万3千円  
大学 15人 自宅通学:1万5千円、自宅外通学:2万円

貸与期間 卒業するまでの正規の最短修学期間  
返済期間 貸与期間終了後、9カ月間据え置いて8年以内  
申込方法 3月1日から31日までに、室蘭育英会事務局へ直接(土・日・祝日を除く9時～15時)  
「**崎守町のふれあい市民農園**」利用者募集  
みんなで育てて豊かな収穫を  
社会福祉協議会(本町2・11) ☎22 1 8 5 8  
対象 市民(65歳以上を優先)  
期間 4月から1年間  
募集区画数 47区画程度(申し込み多数の場合は抽選)  
1区画は100平方メートル(約30坪)、または50平方メートル(約15坪)  
申込方法 2月4日から20日まで、社会福祉協議会、市・介護福祉課高齢福祉係、中島・東サードビズセンターにある申込書で

シリーズ

6

# 待ったなし! 行革

《詳細》行政改革推進課  
☎25 2 2 2 3

## いよいよ行革の本格始動

協働改革プラン(行政改革プログラム2000中期実施計画)が決まり、いよいよ改革事項を実施していく段階に入りました。

平成16年度予算に盛り込む事項で、直接市民に関係する事務・事業については、事前に内容を説明し、理解を得て進めていきます。

計画はできたものの、実施されなければ意味がありません。そこで、改革事項を確実に実施するための進行票の作成を各課に義務付けました。

行政改革に向けた諸課題の整理、条例・規則の改正、予算措置のほか、市民との協働を進める上で必要な情報の提供、意見の把握、市民への説明と周知について具体的な対応を決め、いつどのように実施していくか

も確認できるようにしていきます。

## 協働改革プラン パンフレットの配布

これからの行政改革は、「協働」の言葉が示すように、市民との役割分担により、互いに連携して進むことが前提となります。その意味から、共通認識を深めてもらうために、今月号の広報紙に協働改革プランのパンフレットを折り込み、全世帯へ配付しました。

今後、どんな改革を進めていくかを事前に知ってもらい、意見を求めた場合や、説明会での論議の中で、皆さんの生の声を聞きながら取り組んでいきます。

## 説明会はいつでもどこでも

これからの行政改革はもちろん、

まちづくりに皆さんの声を反映することを、すべての基本にしていきたいと思います。

協働改革プランの目指すもの、具体的な取り組み事項の内容、協働可能な取り組みの検討など、直接皆さんとひざを交えて話し合うため、説明会を開きます。

説明会を希望する方は、開催日と時間、場所、人数、特に聞きたい内容などを、行政改革推進課(☎25 22 23)までお知らせください。いつでもどこでも説明に伺います。

ぜひ、気軽にご利用ください。





### 消費生活モニターを募集

市民生活課 ☎ 25 2380

期間 4月から1年間  
定員 16人以内  
内容 生活必需品の価格、消費生活に関する情報・意見の調査(月1回、2時間程度)、消費者からの苦情や意見、要望などの報告  
申込方法 3月10日までに電話で

平成16年度 室蘭工業大学  
研究生・科目等履修生を募集  
室蘭工業大学地域連携推進室  
(〒050・8585 水元町27・1)  
☎ 46 5023

研究生  
入学資格 特定の研究課題について研究を希望する人で、大学卒業者またはこれと同等以上の学力があると認められた人  
研究期間 6カ月以上1年以内  
科目等履修生  
入学資格 同大学が開講する授業科目を履修し単位の修得を希望する人で、学部・高等学校を卒業した人またはこれと同等以上の学力があると認められた人  
大学院：大学を卒業した人またはこれと同等以上の学力があると認められた人

出願方法 3月12日までに出願書類を郵送または直接  
選考方法 書類審査

### 防火は一人ひとりの注意から

消防本部予防課 ☎ 41 4133

平成15年中に市内で発生した火災は、建物27件、車両3件、その他4件の合計34件で、前年に比べ件数および損害額ともに若干減少しました。これからも一人ひとりの注意で、恐ろしい火災を防ぎましょう。



油断大敵、火の恐怖

検定料 9千800円  
入学科、授業料についてはお問い合わせください。



《詳細》消防本部 ☎ 41 4040  
消防署 ☎ 43 0119

平成15年の原因別火災発生件数

原因	15年	14年
放火(疑いを含む)	8	9
コンロ	5	6
たばこ	3	4
ストーブ	2	2
電気関係	2	2
火遊び	1	3
ローソク	0	2
その他・不明	13	10
合計	34	38

病気やけがをした人を病院へ運ぶため、消防署には3台の救急車を配置していますが、平成14年度には、3千442件の出場があり、その内3千197件もの搬送をしました。軽い病気やけがで救急車を利用されると、緊急を要する症状の人を病院に運ぶのが遅れて、命が危険にさらされることになりかねません。救急車の正しい利用を心がけるようご協力ください。次のような場合の救急車の利用はできません  
緊急性のない軽い病気やけが  
けがや病気でない酔っ払い入院するために日時を指定するなどタクシー代わりの利用  
自家用車やタクシーで行ける症状の人



### 0 親子遊びと子育て講座 0歳児のひよこクラブ(無料)

対象 平成15年7月から11月生まれの子供と母親(再参加はできません)  
日時 3月2日・9日・16日(火曜日・3回1コース) 10時~11時30分  
会場 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)  
定員 15組(先着順)  
申込方法 2月13日、8時45分から電話で  
《申込み・詳細》子育て支援センターらんらん ☎ 25 6002



### 1 親子遊びと子育て講座 1歳児のすくすくクラブ(無料)

対象 平成14年5月から11月生まれの子供と母親(再参加はできません)  
日時 3月3日・10日・17日(水曜日・3回1コース) 10時~11時30分  
会場 保健センター  
定員 12組(先着順)  
申込方法 2月13日、8時45分から電話で  
《申込み・詳細》子育て相談ふれあいセンター ☎ 45 6246

国民健康保険料第9期、介護保険料第8期は、3月1日までに納めましょう。

## 相 談

相 談 名	実 施 日	時 間	会 場	申 込 み ・ 詳 細
弁護士の無料法律相談 電話で受け付け (1回5人・先着順)	毎月 第2・4土曜日	9:30～12:00	中小企業センター	市民相談室 ☎252703
市民相談 (金銭、土地等生活の悩み)	土・日・祝日を除く毎日	8:45～17:15	市役所1階市民相談室	
精神障害者の社会復帰施設利用などの相談	13日(金)	13:00～16:00	保健センター	健康づくり課 ☎456610
	26日(木)	9:30～11:00		
身体障害・知的障害のある人と家族のための相談 (就職・医療・年金・施設入所などへのアドバイス)	20日(金)	13:00～16:00	ぴあ216 (障害者福祉総合センター)	ぴあ216 ☎456611 ファクス451003
行政相談委員による定例相談 (国や道、市の行政に関する相談)	19日(木)	13:00～15:00	中小企業センター	市民対話課 ☎252193
夜間納付相談 (納付もできます)	2日(月)～27日(金) (土・日・祝日・20日(金)を除く)	17:15～19:00	納税課	納税課 ☎252314・3177
内職の相談 (女性の就業に関する相談)	土・日・祝日を除く毎日	8:45～17:15	勤労婦人センター	勤労婦人センター ☎253200
子育て夜間ホットライン (夜間、子育てに困った時や、日中働いている人のための子育て相談。日中は子育て相談ふれあいセンター(☎456246)へ)	毎 日	17:00～22:00	-	夜間ホットライン ☎236650
相続登記無料相談 (相続登記手続きなどの相談)	5日(木)	10:30～15:00	ポスフル室蘭 2階文化ホール	札幌司法書士会 室蘭支部 ☎433329
職場でのトラブル相談 (労働者と事業主間のトラブルの相談)	土・日・祝日を除く毎日	9:00～16:30	北海道労働局札幌総合 労働相談コーナー 札幌市中央区北3条西3丁目 NORTH3・3ビル4階	北海道労働局札幌総合 労働相談コーナー ☎011-223-8712
あれこれなんでも無料相談室 (法律・医療・税金・介護などについての相談)	14日(土)	13:00～17:00	市民会館	室蘭東ロータリークラブ ☎437400

## 保 健

会場は保健センター(東町4-20-6)

健康づくり課☎456610

行 事 名	実 施 日	時 間	対 象 ・ 内 容	料 金	持 ち 物	申 込 方 法
4カ月児健診	26日(木)・27日(金)	12:30～ 13:30	平成15年10月出生児(個人通知)	無料	母子 手 帳	当日直接
1歳6カ月児健診	5日(木)・6日(金)		平成14年6月出生児(個人通知)			
3歳児健診	18日(水)・20日(金)		平成13年1月出生児(個人通知)			
ここまま相談広場	9日(月)・ 3月2日(火)	9:30～ 10:45	計測や相談ごとのある乳幼児 11時から保育士による遊び			
フッ素塗布	9日(月)、16日(月)、 23日(月)	13:00～ 14:45	1歳3カ月～3歳3カ月児 平成14年11月出生児(個人通知)	800円		予 約 制
生活習慣病予防相談	24日(火)	13:00～ 16:00	血圧、コレステロール、血糖値などの 相談を受けたい人	無料	—	当日直接
体重に関する相談	12日(木)	9:30～ 11:30	体重を増やしたい、減らしたい人			
健康相談	毎週月・水・金曜日	10:00～11:30	健康全般の相談			
からだと食事の 健康相談	23日(月)	9:00～ 11:00	保健師と栄養士による個別相談			予 約 制
専門医による 勤労者のための 健康相談  (室蘭地域産業 保健センター主催)	事業者と勤労者を対象に、医師による個別相談が受けられます。 希望者は室蘭地域産業保健センター(室蘭市医師会内)に電話(☎454393)か ホームページ( <a href="http://www.hokkaido.med.or.jp/muroran/msanhp/">http://www.hokkaido.med.or.jp/muroran/msanhp/</a> )から申 し込みください。 5日(木)..佐々木裕一医師(室蘭太平洋病院) 14:00～16:00 12日(木)..足永 武医師(新日鐵室蘭総合病院) 14:00～16:00 葛西 龍樹医師(本輪西サテライトクリニック)18:30～20:30			無料	—	予 約 制