



ゴールデンウィーク 内科系当番医療

(9:00~15:00 ただし、12:00~13:00は休診)

休日や夜間の急病は、各救急病院で対応していますが、発熱、腹痛、風邪などの内科に関する症状がある時は、以下の医療機関を受診してください。

診療日	医療機関名
3日(金)	くがはら内科クリニック 御前水町2-7-22 ☎22-1010
4日(土)	あとう内科クリニック 宮の森町1-1-38 ☎47-8585
5日(日)	上田病院 東町2-24-6 ☎44-3690
6日(月)	いしはら小児科(登別) 若山町3-12-34 ☎81-5631



休日歯科救急医療

(9:00~11:00)

診療日	医療機関名
3日(金)	かただ歯科医院(登別) 登別東町2-27-1 ☎83-1270
4日(土)	なお歯科(伊達) 弄月町241-3 ☎0142-22-1117
5日(日)	前田歯科医院 中央町3-5-6 ☎22-5367
6日(月)	小野瀬歯科医院 東町4-31-5 ☎44-1310
12日(日)	由川歯科医院 中島町3-15-1 ☎44-3377
19日(日)	いしい歯科 東町2-22-6 ☎44-3367
26日(日)	御前水歯科クリニック 御前水町2-6-20 ☎24-8148



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 当日直接	毎週 月・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 当日直接	1日(水)	9:30 ~16:00		
女性のための健康相談 当日直接	15日(水)			
体脂肪と筋肉量の測定 当日直接	8日(水) 22日(水)			
からだと食事の健康相談 予約	毎週 月~金曜日			
勤労者のための健康相談 予約	循環器科 横山 豊治 医師	2日(木)	保健センター	室蘭地域 産業保健センター ☎45-4393
	内科・小児科 畠山 正照 医師	9日(木)		
	整形外科・リウマチ科・リハビリ科 澤田 一二 医師	15日(水)		
	内科・小児科・循環器科 森川 亮 医師	23日(木)		
	精神科 千葉 泰二 医師	30日(木)		



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
7日(火)	9:00 ~11:30 室蘭警察署
	12:00 ~13:00 NHK室蘭放送局
	14:30 ~16:30 (株)室蘭民報社
10日(金)	9:30 ~11:30 ぱらっとてついち
	14:30 ~16:30 大川原脳神経外科病院

5月は赤十字月間 赤十字活動資金にご協力を

日本赤十字社は、災害救護活動をはじめ「人の命を守る」活動を展開しています。町内会・自治会のご協力で活動資金を募っているほか、個人・法人からの寄付も受け付けています。

《詳細》日本赤十字社室蘭市地区
事務局(社会福祉協議会内)
☎22-1858



予防接種のお知らせ

無料

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

ヒブ・肺炎球菌・ヒトパピローマウイルス (HPV) 感染症予防接種が定期予防接種になります



ヒトパピローマウイルス感染症予防接種は、子宮頸がんの原因に多いヒトパピローマウイルスに効果があるワクチンです。

これまで、「子宮頸がん予防接種」として無料で実施してきましたが、今年4月から「ヒトパピローマウイルス感染症予防接種」の定期接種となり、今後も継続して無料で接種することができます。

対象 ヒブ・肺炎球菌予防接種…生後2カ月～5歳未満
HPV感染症予防接種…小学校6年生～高校1年生相当の女子（標準的な接種対象である中学1年生には個別通知します）

実施機関 室蘭・登別市の予防接種実施医療機関

就学前に麻しん・風しんの予防接種を受けましょう



麻しん・風しんは人から人に感染しやすいウイルスによる病気です。現在、風しんは全国的に流行しています。無料の対象となる年齢の期間内に、予防接種を受けましょう。

対象 1期…生後12カ月から24カ月
2期…就学前の1年間
(平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ)

実施機関 室蘭・登別市の予防接種実施医療機関

地球岬周辺

すこやかロード認定記念

花たちとの再会ウォーキング

無料

対象 5キロメートル以上のウォークが可能な人
日時 5月19日(日) 9:30～12:00 (9:00から受け付け)

※小雨決行。当日8時から9時まで、健康推進課に電話で開催の確認もできます。

コース 開運公園(市役所本庁舎駐車場横)～地球岬・トッカリシヨ

内容 5キロメートルか8キロメートルのウォーキングまたはノルディックウォーキング

用意する物 動きやすい服装・靴・帽子・手袋、飲み物、リュックサックなど、持っている人はノルディックウォーキングのポール(ポールの貸し出しもあります。先着60人)

申込方法 5月10日まで、電話で(当日参加可)

《詳細》健康推進課☎45-6610



介護予防講座「えみなメイト」

無料

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

65歳以上の方が対象です。体操、健康に関するお話、頭の体操クイズなどの内容で、体力に自信のない人でも楽しみながら安心して参加できます。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
1日(水)	10:00	母恋会館
7日(火)	10:00	幌萌町会館
8日(水)	10:00	瑞の江会館
		緑ヶ丘町会館
9日(木)	10:00	港北町会館
10日(金)	10:00	祝津町会館
		日の出町三丁目町会館
		白鳥台会館
	13:30	中島会館
13日(月)	10:00	高砂町会館
		天神町会館
15日(水)	10:00	港南町会館
		室蘭工業大学大学会館
		13:30
16日(木)	10:00	高砂第三会館
17日(金)	10:00	八丁平町会館
		知利別町楽山ヶ丘自治会館
20日(月)	14:00	道常常盤団地集会室
21日(火)	10:00	本町会館
		市民会館
22日(水)	10:00	柏木町会館
23日(木)	13:30	中島連合会館
24日(金)	10:00	本輪西会館
27日(月)	10:00	保健センター
28日(火)	10:00	御崎町会館

みんなで楽しく健康づくりをしましょう。
お気軽にご参加ください。

