

🦷 1～2月の歯科救急医療 🦷

日時	診療所・住所・電話
1月7日(日) 9時～11時	新生ファミリー歯科 (☎②1182) 登別市新生町3丁目16-21
	なお歯科 (☎0142②1117) 伊達市弄月町241-3
1月8日(月) 9時～11時	川本歯科医院 (☎④50656) 室蘭市中島町2丁目11-14
1月14日(日) 9時～11時	八丁平歯科医院 (☎④61182) 室蘭市八丁平2丁目27-16
1月21日(日) 9時～11時	多田歯科医院 (☎②21184) 室蘭市中央町3丁目7-13
1月28日(日) 9時～11時	高砂歯科医院 (☎④58622) 室蘭市高砂町5丁目31-12
2月4日(日) 9時～11時	林歯科医院 (☎④62224) 室蘭市高砂町1丁目51-18

問い合わせ 室蘭歯科医師会 (☎④3522)

ブックファーム あーにす
～登別市市民自治推進委員会～

親子で読書に親しめる空間になっています。
ぜひお立ち寄りください。

- 📖 読み聞かせ活動団体『おはなしりぼん』による読み聞かせを行います。
- 📖 読み聞かせのボランティアスタッフを募集しています。
- 📖 絵本の貸し出しをしています。

日時 1月20日(土)10時～12時
場所 アーニス2階
(観光経済部執務室となり)
問い合わせ 市民協働グループ
(☎⑦1079)



からだスッキリ運動教室

生活習慣病の予防や
運動不足の解消に取り
組んでみませんか。



日時 2月9日(金)
10時～11時30分

場所 若草つどいセンター

対象 市内に居住する19歳以上の方

内容 インストラクターの佐々木博美さんによる家庭でできるストレッチやフィットネス、10分健康講話

定員 20人

参加料 300円

持ち物 飲み物、タオル

※運動ができる服装でお越しください。

※託児(定員6人)を希望する方は

申し込み時に申し出ください。

申し込み 1月22日(月)までに申し込み
フォームまたは電話で健康推進グループ(☎⑤0100)



▲申し込みフォーム

すこやかマタニティ教室

もくよく
沐浴やおむつ交換などの育児体験や産後の生活のお話を聞いて、赤ちゃんを迎える準備をしませんか。お父さんになる方やご家族もぜひご参加ください。

日時 2月17日(土)10時～12時

場所 しんた21

対象 妊婦の方とその家族

内容 沐浴、抱っこ、おむつ交換の体験実習、パパの妊婦体験など

定員 10組

持ち物 母子健康手帳、飲み物

申し込み 2月8日(休)までに申し込み
フォームまたは電話で健康推進グループ(☎⑤0100)



▲申し込みフォーム

高齢者等緊急通報機器設置事業

市は一人暮らしの慢性疾患などを有する高齢者などに『緊急通報機器』を貸し出ししています。

急病などの緊急事態の際、緊急通報機器から通報することで、警備員の駆け付け・救急車の要請などの救援体制をとり、日常生活の不安解消および人命の安全を確保します。

- 対象
- (1) 一人暮らしの高齢者
 - (2) 高齢者のみの世帯に属する高齢者
 - (3) 同居者の就労などにより、(1)または(2)に該当する高齢者

料金 生活保護受給者：無料
生活保護受給者以外の方：月額605円

問い合わせ 高齢・介護グループ
(☎⑤5720)

※詳しい貸し出し条件などは、市公式ウェブサイトをご確認いただくか、お問い合わせください。



▲市公式ウェブサイト

胆振から日本を元気に!

各種無料相談(平日・土曜)・出張相談を承ります。

- 離婚 ●相続・遺言 ●交通事故 ●刑事弁護
- 犯罪被害者支援 ●債務整理・過払金回収

弁護士 北海道みらい法律事務所
相談は要予約 ☎0143-83-6669

代表弁護士 増川 拓 弁護士 菊地 俊邦 弁護士 葛生 翔
(札幌弁護士会) (札幌弁護士会) (札幌弁護士会)

室蘭市東町2-27-4 セミナービル3階(東室蘭駅東口より徒歩1分・東室蘭郵便局となり) P有
http://www.hokkaido-mirai.com/