

🦷 10月の歯科救急医療 🦷

日時	診療所・住所・電話
10月11日(日) 9時～11時	ヨシダ歯科(☎06 1820) 登別市若草町2丁目14-3 伊藤歯科医院(☎011 4276 4809) 洞爺湖町旭町9-19
10月12日(月) 9時～11時	福田歯科医院(☎04 6480) 室蘭市輪西町2丁目8-2
10月18日(日) 9時～11時	太平洋歯科医院(☎09 6464) 室蘭市白鳥台5丁目1-2
10月25日(日) 9時～11時	松田歯科医院(☎06 6480) 室蘭市日の出町1丁目24-25
11月1日(日) 9時～11時	本田歯科(☎023 3322) 室蘭市港南町1丁目9-19
11月3日(火) 9時～11時	みうら歯科(☎055 6330) 室蘭市港北町2丁目6-1

問い合わせ 室蘭歯科医師会 (☎043 3522)

からだスッカリ運動教室

日時・場所 10月27日(火)10時～11時30分・鷺別コミュニティセンター

対象 19歳以上の市民

内容 藤本智恵子さんによる家庭で行えるストレッチやヨガ、10分健康講話

定員・参加料 20人・300円

※託児(定員6人)を希望する方は申し込み時にお知らせください。

申し込み 10月15日(木)までに申し込みフォームか電話で健康推進グループ(☎050 1000)



のぼりべつこくほ健康計測会に参加しませんか

月日	11月18日(火)	11月19日(水)
時間	10時～11時30分、13時～13時30分 ※30分刻みに受け付けます。	
場所	市民会館	鷺別コミュニティセンター

対象 国民健康保険加入者

内容 骨密度、血管年齢、ストレス度の測定

定員 各日30人

申し込み 11月11日(木)までに申し込みフォームか電話で国民健康保険グループ(☎055 1771)



すこやかマタニティ教室に参加しませんか

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。

日時・場所 12月12日(土)10時～12時・しんた21

対象・定員 妊婦とその家族・8組

内容 沐浴、抱っこ、おむつ交換、ミルク作り体験実習、家族の妊婦体験など

持ち物 母子健康手帳、飲み物

申し込み 11月27日(金)までに申し込みフォームでこども家庭センター(しんた21内・☎050 1000)



ぬくもりを感じる健康ウォーキング体験に参加しませんか

日時・コース(集合場所)

日時	コース(集合場所)
11月6日(金) 9時30分～12時	湯けむりに包まれながら歩く地獄谷&天然足湯コース(市役所) ※バスで地獄谷駐車場まで移動。

対象・定員 国民健康保険加入者・15人

※定員を超えたときは抽選。

内容 健康講話、血圧測定、ウォーキング体験

申し込み 10月30日(金)までに申し込みフォームか電話で国民健康保険グループ(☎055 1771)



高齢者の予防接種費用を一部助成します

秋から冬はインフルエンザが流行する時期で、新型コロナウイルス感染症も同時に流行する恐れがあります。感染症の発症と重症化を防ぐため積極的に接種を受けましょう。

接種を希望する方は医療機関(詳細は市公式ウェブサイト)に直接申し込みください。



予防接種	インフルエンザ	新型コロナウイルス
実施期間	令和9年1月31日(日)まで	令和9年3月31日(水)まで
実施場所	登別・室蘭市内で接種を実施している医療機関	
対象	市民で、 ・65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい(障がい単独で身体障害者手帳1級相当)のある方(接種時に身体障害者手帳の提示が必要)	
接種料金・持ち物	1,500円	4,500円
	※次の方は無料で接種できます。 ①市民税非課税世帯の方 ・世帯全員の課税証明書 ②生活保護受給世帯の方 ・生活保護受給証明書 ③登別市の国民健康保険加入者(建設国保は対象外) ④登別市の後期高齢者医療制度加入者 ・マイナンバーカード(健康保険証利用登録済み)、資格確認書のいずれか	

問い合わせ 健康推進グループ(☎050 1000)