

かると

保育所に遊びに来ませんか

市の各保育所は、地域の子育て家庭の方を対象に、保育所を開放します。保育所の児童と一緒にいろいろな遊びを体験してみませんか。

開放の月日 幌別東保育所・登別保育所：12月2日(火)、鷺別保育所・栄町保育所：12月3日(水)、富士保育所：12月4日(木)、富浦保育所：12月5日(金)、登別温泉保育所：12月17日(水)
当日、直接各保育所にお越しください。

時間 9時30分～11時
対象 市内に居住する小学校入学前までの幼児とその親
持ち物 上靴

*天候により、外遊びを行うこともありますので、防寒具などを用意してください。

問い合わせ 子育て支援センター
I (☎813715)

生活習慣を見直してみませんか
『からだ元気会』のご案内

健康に過ごすためには、ふだんの生活習慣が大切だと実感はしていても、長く続かなかつたり、自分に合った方法がわからなかつたり

りといったことはありませんか。
『からだ元気会』は、運動や食生活などについて話し合いや体験を通してながら、自分に合った方法を見つけていく教室です。

対象
・40歳～69歳の方で、基本健康診査や人間ドックなどでコレステロール・血圧・血糖値の高かつた方
・なるべく3回通して参加できる方

内容 グループによる話し合い、食事や運動に関する実技・体験など

日時 11月5日(水)、11日(火)、18日(火) 10時～12時(18日(火)は12時30分まで)

場所 しんた21
定員 10人(申込順)
申し込み 電話で健康推進課
(しんた21内☎850100)

エキノコックス症血清検査を行います

エキノコックス症は、キツネや犬に寄生したエキノコックスの卵が人間の口に入り、体内で幼虫に成長した場合に症状が現れることがあります。主に肝臓を侵すこの病気は、潜伏期間が長くすぐには自覚症状がありませんが、放っておくと命にもかかわることがあり

ます。

エキノコックス症の感染を防ぐため、日ごろから次のことに注意しましょう。

外から帰ったら必ず手を洗う。
沢水を飲まない。
山菜などは、よく洗うか十分加熱してから食べる。
なお、市では、エキノコックス症の早期発見のため、血清検査を行います。

日時・場所 12月2日(火) 18時～19時 しんた21、12月3日(水) 18時～19時 鷺別公民館
対象 市内に居住する小学3年生以上の方
受診料 無料
申し込み 12月1日(月)までに健康推進課(しんた21内☎850100)

『親子であ・そ・ぼ』に参加しませんか

日時 12月8日(月) 10時～12時
場所 しんた21・2階多目的ホール

対象 2歳から3歳までの幼児とその親
定員 20組(申込順)

参加料 無料

持ち物 上靴(親子とも)、飲料水(水またはお茶)

内容 運動あそび、絵合わせ、フォークダンス、パネルシアターなど

申し込み 11月10日(月)から13日(木)までの9時から17時までに電話で子育て支援センター
(☎813715)

無料法律相談

交通事故や金銭貸借、損害賠償、離婚などの法律問題について、札幌弁護士会室蘭支部の弁護士が相談をお受けします。

相談を希望する方は事前にお申し込みください。なお、裁判や調停中の問題は相談をお受けできません。

鉄南ふれあいセンターでの相談

日時 12月20日(土) 9時30分～

場所 鉄南ふれあいセンター

担当弁護士 村上 弘弁護士

定員 6人(申込順)

申込方法 11月27日(木)までに電話で市民課にお申し込みください

弁護士事務所での相談

担当弁護士 村上 弘弁護士

定員 6人(申込順)

申込方法 11月27日(木)までに電話で市民課にお申し込みください

相談日時については、市民課にお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ

市民課(☎851855)