

しんた21からのお知らせ

マタニティマークを見かけたら

『マタニティマーク』とは、妊婦が身に付けるマークです。

このマークを見つけたときは、『席を譲る』『近くでの喫煙を控える』などやさしい心遣いをお願いします。

※マタニティマークは、母子健康手帳の交付時に一緒にお渡します。

※母子健康手帳の交付をすでに受けて、マタニティマークを希望される方は、健康推進グループ、または市民サービスグループ、各支所にお申し出ください。



さわやか検診（歯周病検診）を受けましょう

あなたの歯と歯ぐきは健康ですか？
歯の抜ける最大の原因は歯周病です。
定期的に検査を受けて、歯周病を予防しましょう。

▶実施期間 11月～12月までの間

▶実施場所 市内の歯科医院

※自分の希望する歯科医院で受診できます。

▶対象 平成21年3月31日現在、満40歳・50歳・60歳・70歳の方（歯科通院中の方を除く）

▶内容 歯周病検診（歯のぐらつき、歯ぐきの状態など口腔内診察）、ブラッシングアドバイス

▶定員 45人（申込順）

▶申し込み 12月10日（水）（土・日曜日、祝日を除く）までに電話でお申し込みください。

高齢者インフルエンザ 予防接種のお知らせ

▶対象 65歳以上の方、または60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害で身体障害者手帳1級の方

▶実施期間 11月1日（土）～12月31日（水）

▶実施場所 登別・室蘭市内でインフルエンザ予防接種を実施している医療機関

▶料金（自己負担額） 1,050円（接種料金4,074円のうち3,024円は市が負担）

※上記の対象者のうち次の方は無料になります。

●市の後期高齢者医療制度に加入の方（接種時に保険証を持参してください）。

●市の国民健康保険に加入の方（接種時に保険証を持参してください）。

●市民税が非課税の方と生活保護を受給の方（接種時に介護保険料納入通知書、課税証明書（有料）、生活保護受給証明書のいずれかを持参してください）。

▶申し込み 医療機関に直接（実施日・時間は事前に問い合わせ）お申し込みください。

『いい歯の日』健康教室を開催します ～登別市・室蘭歯科医師会共催～

▶日時 11月8日（土） 13時～17時30分

▶場所 しんた21

▶内容

①健康教室（13時30分～16時30分）（歯科ドック、口臭測定、唾液テスト、歯科相談、フッ素塗布）

②講演会（16時～17時）

テーマ：「歯から始める健康づくり」

～フッ化物洗口の安全性と効果について～

講師：佐々木健さん（北海道保健福祉部健康推進課）

▶参加料 無料

『市民健康教室』を開催します

▶日時 11月13日（木） 14時～15時30分

▶場所 しんた21

▶テーマ 『たばこと健康』について

▶講師 開田博之さん（開田医院院長）

▶参加料 無料



血液が不足しています。 献血にご協力ください

▶日時 11月19日（水） 15時30分～16時30分

▶場所 市民会館



もぐもぐ食育ひろばに参加しませんか

同じ月齢のお子さんを持つお母さんたちと楽しみながら離乳食を作りませんか。

託児も用意しています。

▶日時 12月2日（火） 10時～12時

▶場所 しんた21内 調理室

▶対象 生後4～6カ月児を持つ保護者

▶内容 離乳食（5～7カ月頃）の調理実習と交流タイム

▶定員 15人（申込順）

▶参加料 500円

▶持ち物 エプロン、三角きん

▶申し込み 11月28日（金）（土・日曜日、祝日を除く）までに電話でお申し込みください

『申し込み』
『問い合わせ』
中の『G』は『グループ』の略です

申し込み・問い合わせ
健康推進グループ
(しんた21内 ☎85 0 1 0 0)