

お知らせ

足腰しゃんしゃん教室 参加者募集

最近、足腰が弱くなったと感じている方、転倒の不安がある方、運動不足の方・・・ぜひこの機会に参加してみませんか？健康運動指導士によるストレッチや音楽に合わせた体操など、楽しく体を動かせる教室です。ご不明な点はお問合せください。

日 時 11月14日(火)

～平成19年2月26日(月)

(週1回開催、全11回)

13時30分～15時30分(予定)

対 象 ぬくもりセンター

65歳の方で、簡単な運動を行ってみたい方

＊先着30名とさせていただきます。

また、介護認定を受けている方は対象外とさせていただきます。

10月31日(火)まで

申込み・問合せ

介護保険課介護予防係

☎ 4555

☎ 25 4555

☎ 25 4555

献血にご協力を！

実施日	場 所	時 間
10月23日 (月)	ぬくもりセンター	10時～13時
	役場追分庁舎	14時15分～16時

子育て支援ルーム 「ポニー」から

10月の親子の広場

- 11日(水) ダンボール遊び
 - 18日(水) 小遠足(ときわキャンプ場集合)
 - 25日(水) 子育て支援講座
- 時間 10時から11時30分
場所 学童保育所(早来大町)

開放日

- 日時 毎週金曜日 10時～11時30分
- 場所 学童保育所(早来大町)

おはなし広場 (0歳～1歳対象)

- 日時 毎週火曜日 14時～16時
- 場所 子育て支援ルーム

問合せ・申込み 子育て支援ルーム

☎ 3190

フッ化物塗布

対 象 満1歳～就学前の児
*10月と12月の1歳半・3歳児・5歳児健診対象の児とその兄弟姉妹は健診時に行ってください。

内 容

歯科検診、フッ化物塗布、
歯科相談

申 込 み

予約されていない方のみご連絡ください。

持 ち 物

歯ブラシ、タオル、母子手帳

問 合 せ(申込み)

保健課母子保健係

☎ 4555

月 日	受 付 時 間	会 場
11月14日(火)	9時～10時30分	保健センター
	14時30分～15時30分	
11月17日(金)	13時45分～14時	安平公民館
	15時～15時15分	遠浅公民館
11月20日(月)	13時～15時	ぬくもりセンター
11月21日(火)		

掲 示 板

☑安平町早来囲碁大会結果!!

- A組 (6名)
 - 1位 3段 吉岡政昭
 - 2位 4段 飯田佳一
- B組 (5名)
 - 1位 初段 沖 俊明
 - 2位 1級 徳丸照明
 - 3位 3段 森山 誠

苫小牧市医師会休日当番実施医療機関

(診療時間 9時～17時)

10月 (内科)	10月 (外科)
8日 青葉病院青葉町2 ☎⑦ 8000	8日 同樹会苫小牧病院 新中野町3 ☎③ 1221
9日 横山内科消化器科川沿町4 ☎⑦ 0011	9日 とよた腎泌尿器科クリニック 元中野町2 ☎③ 2000
15日 滝上循環器科内科クリニック泉町2 ☎③ 8011	15日 苫小牧日翔病院 矢代町2 ☎⑦ 7000
22日 合田内科小児科医院音羽町2 ☎③ 9208	22日 勤医協苫小牧病院 見山町1 ☎⑦ 3151
29日 すえくに医院川沿町6 ☎⑦ 8385	29日 ハート整形麻酔科クリニック三光町2 ☎③ 7000
11月 (内科)	11月 (外科)
3日 柴田内科循環器科 桜木町1 ☎⑦ 2225	3日 江夏泌尿器科医院 木場町2 ☎③ 3855
5日 緑町医院 桜木町1 ☎③ 4032	5日 にっしん泌尿器科クリニック日新町2 ☎⑦ 1100

苫小牧夜間休日急病センター (苫小牧市旭町2丁目) ☎③ 0001

○科目 内科、小児科

○診療時間 平日：19時～翌朝7時 土曜：14時～翌朝7時
日曜・祝日、年末年始(12/31～1/3)：9時～翌朝7時

