

子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診無料クーポン券をお持ちの方へ

がん検診無料クーポン券の有効期限は平成24年3月31日(土)までとなっています。

まだ検診を受けていない方はぜひお申込みください。受診できる検診機関は次のとおりです。

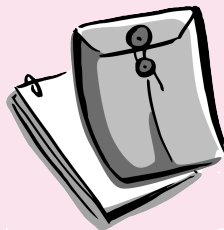
検診機関	検診内容
名寄市立総合病院	子宮頸がん、乳がん
旭川がん検診センター	子宮頸がん、乳がん、大腸がん

<申込みから受診まで>

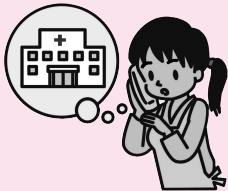
①保健センターに電話で希望の検診を申込む。



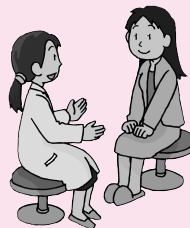
②受診票が送付される。



③検診機関に予約の電話をする。



④受診票・無料クーポン券を持参し、直接検診機関で受診する。



3月は予約が混み合いますので、早めに保健センターに申込みをしてから、検診機関への予約をお願いします。

健康づくり体操教室のお知らせ

- とき 3月8日(木)、15日(木)、22日(木)、26日(月)
9:30~11:15
- ところ 総合福祉センター
- 内容 フォークダンス、民謡踊り、自きょう術
- 持ち物 上靴
- 申込み 当日会場で受け付けます。
- 問い合わせ 名寄庁舎2階 高齢介護課高齢福祉係
☎01654③2111内線3231



申込み・問い合わせ

保健センター
名寄市西2北5丁目
☎01654②1486

休日当番医 急患に限ります

3月4日	岡崎内科 ☎01654③2361
11日	たに内科クリニック ☎01654③1223
18日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101
20日	名寄三愛病院 ☎01654③3911
25日	名寄東病院 ☎01654③2188
4月1日	名寄市立総合病院 ☎01654③3101

救急医療情報案内
フリーダイヤル
☎0120-20-8699

子育て保健 ミニカレンダー



3月

- 2日(金) ポリオ
- 3日(土) お父さんお母さん教室②
- 9日(金) 親子ふれあいひろば
- 12日(月) 3~4カ月児健診・BCG
- 13日(火) 7カ月児健診
- 14日(水) お母さん教室③
- 16日(金) 3歳児健診
- 19日(月) 股関節脱臼検診
- 21日(水) ポリオ
- 22日(木) 1歳6カ月児健診
- 23日(金) 親子ふれあいひろば
- 26日(月) 赤ちゃん計測日
- 27日(火) のびのび親子教室
- 28日(水) もぐもぐ離乳食教室
- 29日(木) ポリオ

※詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

HEALTHY GUIDE



愛犬家のみなさまへ 散歩時のマナーにご注意を

散歩時の犬の放し飼いや、ふん尿に対する苦情が寄せられています。冬期間は排尿が特に目立ってしまいますので、排尿させる場所にも気をつけましょう。

○必ずリードなどを使用しましょう

飼い主はリードを使用し、愛犬をコントロールして、交通事故などの危険からしっかり守ってあげてください。

また、犬の苦手な人には犬がじゃれて向ってくることだけでも恐怖心をあたえてしまうことがあるので注意しましょう。

○散歩時のふんは必ず持ち帰りましょう

他人の敷地内や玄関先ではふん尿をさせないようにしましょう。

○排尿させる場所にも気をつけましょう

散歩に出る前に室内や自分の敷地内で排尿を済ませておきましょう。

★不適切な場所で排尿させないコツ

- ①犬は他の犬が尿をした後の臭いをかぐと、同じ場所に尿をかけようとする習性があるので、避けたい場所では臭いをかがせない。
- ②犬は走っている時には排尿をしにくい特徴があることから、排尿させても迷惑にならない場所まで小走りで移動する。

問い合わせ

名寄市役所環境生活課環境・生活安全係
☎01654③2111 (内線3122)



上手な引越しをするために

春は引越しのシーズンです。引越しの際、気をつけるポイントがあります。引越業者は、数社から見積りを取り、即答は避け、家族や友人に相談するなど、冷静に決断しましょう。

料金のトラブルに遭わないために、支払方法、追加料金について、また、荷物の破損・紛失の補償、玄関から荷物が入らなかった時の料金の具体的な確認をしましょう。破損の補償は3カ月以内です。すぐ使わない物でも早めに点検をしましょう。

消費者へのアドバイス

- 見積書の内容をもとに発注するときは、しっかりと内容を確認しましょう。見積り担当者は、当日作業に来ないことが多いので、口約束はトラブルのもとです。できるだけ見積書の余白などにその内容を書いてもらおうと良いでしょう。
- キャンセル料金は、前日で運賃の10%以内、当日で20%以内の請求を受けることもあります。

問い合わせ 消費者センター ☎01654②3575

名寄市地域子育て支援センター

「さくらんぼ」(☎01654②5683)

3月の行事

- 親子あそびの広場「身体測定 3回目」
 - ・とき 3月6日(火) 10:00~11:30
 - ・ところ ほっと2 1
 - ・内容 身長・体重を測り手形を取って、カードを持ち帰りいただきます。
※ぴよぴよ(0歳児)の方は7日(水)東保育所でもできます。



★お知らせ★

3月29日(木)から4月14日(土)は、新年度準備のためお休みです。平成24年度は4月16日(月)から始まりますのでご利用ください。

名寄大谷認定こども園子育て支援センター

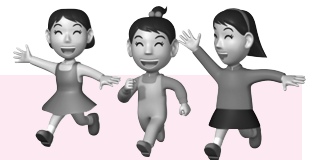
「ちゅうりっぷ」(連絡先☎01654⑧7711)

3月の行事

- のびのびひろば
 - ・とき 3月21日(水) 9:00~10:30
 - ・ところ 名寄大谷認定こども園保育園2階
 - ・内容 お楽しみ会
 - ファミリーひろば 10:00~11:30
 - ・ところ 名寄大谷幼稚園ゆうぎ室
 - 3月10日(土) 子育て相談、電話相談、絵本貸出し
 - 3月24日(土) お別れ会
- 詳しくはお問い合わせください。



平成24年度 学童保育所 (放課後児童クラブ)のご案内



学童保育所 (放課後児童クラブ)	対象/定員/利用料/開設時間
①南児童クラブ (西6南12・名寄南小内) ☎01654③4896	小学1~6年 / 90人 / 有料 平日:放課後~18:30 学校休日: 8:30~18:30
②学童保育所コロポックル (西2南2) ☎01654⑧7239	小学1~6年 / 70人 / 有料 平日:放課後~19:00 学校休日: 8:00~19:00
③共同保育園どろんこはうす (西8南2) ☎01654③1028	小学1~6年 / 40人 / 有料 平日:放課後~19:00 学校休日: 8:00~19:00
④風連児童クラブ (風連町南町) ☎01655③2333	小学1~6年 / 54人 / 有料 平日:放課後~18:30 学校休日: 8:30~18:30

詳しい内容につきましては、各所にお問い合わせください。