



### 📍 今月の献血日

1月12日(土)

9:30~12:30 コープさっぽろびばい店  
14:00~16:00

### 救急診療窓口

市立美唄病院  
西2北1  
☎63~4171



### 🏠 連休当番歯科医院 (診療時間10:00~16:00)

1月1日(祝)

むらかみ歯科医院 大通東1南7 ☎62~7723

1月2日(水)

なめかわ歯科クリニック 東3南5 ☎66~2662

1月3日(木)

平歯科医院 西1南5 ☎63~2688

### 市長との対話の日

とき 1月24日(木) 10時~正午  
ところ 市役所2階市長室

※23日(水)までに連絡してください。公務の都合により日程を変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

申込・問合せ 広報情報係 ☎63~0113へ  
(定員4人)

### 📖 移動図書館巡回日程表

コース	駐車場所	巡回日時
A	茶志内小学校	12:40~13:10
	東光団地集会所	13:30~13:50
B	障害者支援施設パシオ	10:20~11:00
	南美唄小学校	12:50~13:20
	ゆたか会館	13:40~14:20
C	栄幼稚園	13:10~13:40
	東小学校	14:00~15:15
D	峰延小学校	12:40~13:20
	峰延駅前	13:30~13:50
	恵風園	14:00~14:20
	進徳団地	14:40~15:00
E	アカシヤ幼稚園	10:20~11:00
	有為団地	13:20~13:40
	中央小学校	14:00~15:30

※幼稚園・小学校は、冬休み中巡回しません。

1 (火)	連休当番歯科医院 むらかみ歯科医院 (10:00~16:00)
2 (水)	連休当番歯科医院 なめかわ歯科クリニック (10:00~16:00)
3 (木)	連休当番歯科医院 平歯科医院 (10:00~16:00)
4 (金)	市役所仕事始め (8:45~) 新年交礼会 市民会館 (17:00~)
5 (土)	
6 (日)	
7 (月)	消防出初式 すずらん通 (13:30~)
8 (火)	消費生活相談 消費生活センター 10:00~15:00 祝日を除く月・火・木・金曜日 ☎62~4500へ ※休日を除く上記以外の日時に相談のある方は、 市役所1階⑥窓口生活環境課 ☎62~3142へ。
9 (水)	法律相談 総合福祉センター 13:00~16:00 先着6人まで弁護士が相談に応じます。相談日の午前9時~正午までに 電話で社会福祉協議会 ☎62~0770へ ※窓口での受付はできません。
10 (木)	第108回三師会講演会 市民ふれあいサロン (14:00~15:00) 一般相談(心配ごと相談) 総合福祉センター 9:00~17:00 休日を除く月~金曜日 電話または来所にて相談に応じます。 社会福祉協議会 ☎62~0770へ
11 (金)	人権・心配ごと相談 ふるさとハローワーク (13:00~15:30)
12 (土)	献血 コープさっぽろびばい店 (①9:30~12:30②14:00~16:00) おはなしの会 図書館 (10:30~) がんサロン「がん患者と家族の集い」 市立美唄病院 (13:30~15:30)
13 (日)	成人式 市民会館 (13:00~)
14 (月)	び〜助健康体操 総合体育館 (10:00~11:30)
15 (火)	おおきくなったかな(身長・体重測定) 子育て支援センター (9:30~16:30) 身体障がい者生活相談 総合福祉センター (13:00~15:00)
16 (水)	

17 (木)	美唄・南美唄・峰延中学校3年生作品展 アルテピアッツァ美唄(2月4日まで) 乳幼児健診 保健センター(9:20~) 精神障がい者家族相談 美唄のぞみ会共同作業所(13:30~15:30)
18 (金)	心の健康相談 総合福祉センター 15:00~17:00 臨床心理士が相談に 応じます。16日(水)までに社会福祉協議会☎62~0770へ
19 (土)	東小学校区世代間交流実行委員会主催~めだかの学校~ 東小学校体育館(10:00~13:30) おはなしの会 図書館(10:30~)
20 (日)	2019びばいっ子フェスティバル 市民会館(10:00~13:00)
21 (月)	び~助健康体操 総合体育館(10:00~11:30)
22 (火)	
23 (水)	
24 (木)	1歳6カ月児健診・3歳児健診 保健センター(9:20~、9:50~) 市長との対話の日(予約制) 市役所2階市長室(10:00~12:00) 平成30年度課題研究発表会 美唄尚栄高校体育館(12:50~)
25 (金)	鬼のお面作り 子育て支援センター(9:30~16:30) おはなしの会 図書館(10:30~)
26 (土)	
27 (日)	*第5回美唄オープン卓球選手権大会 総合体育館
28 (月)	び~助健康体操 総合体育館(10:00~11:30)
29 (火)	
30 (水)	
31 (木)	

### ☑️ 運転免許更新時講習

と き	1月9日(水)	14時	(違反2時間)
		16時30分	(優良30分)
	1月18日(金)	13時30分	(一般1時間)
		15時	(初回2時間)
	1月25日(金)	14時	(優良30分)
		15時	(違反2時間)

ところ 市民会館

※該当者は更新手続きを警察署で済ませてから講習を受けてください。

### 🔍 総合体育館専用(貸切)使用

メイン・アリーナ				サブ・アリーナ			
日	9:00	13:00	18:00	日	9:00	13:00	18:00
時	12:00	17:00	21:00	時	12:00	17:00	21:00
6(日)	専用	専用		5(土)		専用	
9(水)	専用	専用		6(日)	専用		
10(木)	専用	専用		12(土)	専用	専用	
11(金)	専用	専用		19(土)	専用	専用	
12(土)	専用	専用		20(日)	専用	専用	
13(日)	専用	専用		26(土)	専用		
14(祝)	専用	専用		27日(日)は全日専用使用です			
18(金)			専用	格技室			
19日(土)、26日(土)・27日(日)は全日専用使用です				13(日)	専用	専用	
20(日)	専用	専用		1月1日(祝)~1月3日(木)は年始の休日のため、休館します。			
23(水)	専用			※問い合わせは総合体育館☎62~6500へ。			

### 👤 消費者情報コーナー



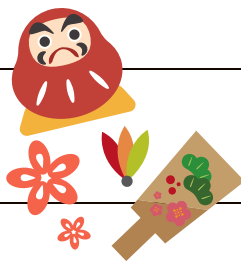
#### 餅による窒息事故に注意

年始などの年の初めには餅を食べる機会が多くなり、窒息事故が発生することがあります。また、餅は口や喉の温度によって餅の温度が下がるとくっつきやすくなるため、しっかりかんで、唾液とよく混ぜることが重要です。

#### ~餅を安全に食べるための注意点~

- ◆朝起きてすぐには、口の動きもスムーズではありません。口の準備運動やスープなどの滑らかなもので喉を潤してから食べましょう
- ◆餅を小さくするだけでなく、さらに口の中でよくかんで食べましょう
- ◆口の中の分が飲み込めてから、次の一口を食べましょう。よくかまないうちにお茶などで流し込んではいけません
- ◆なるべく海苔を巻かないで食べましょう
- ◆誰かと一緒に食べましょう

特に高齢になると、口内や喉の機能などに変化が生じ、食べたり飲み込んだりする力が低下します。安全に餅を食べるための参考にしてください。



1月は市民税・道民税(第4期)、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料(第7期)の納期です。忘れずに納めましょう。  
\*印は市内で行われる主なスポーツ大会です(観覧のみ)。

問合せ 消費生活センター(休日を除く月・火・木・金曜日、10時~15時) ☎62~4500  
※休日を除く上記以外の日時に相談のある方は、市役所1階⑥窓口生活環境課 ☎62~3142へ。