

## 市立中央病院に「総合診療科」を10月1日から開設します

総合内科外来・禁煙外来・緩和ケア外来・リンパ浮腫治療外来・漢方外来など従来ある各外来に加え、がん総合診療外来・甲状腺外来を新設し、診療機能を充実させました。

いずれの外来も**初回は紹介状が必要です。**

なお、曜日によって外来開設時間が違いますので、あらかじめ電話予約をしてください。

各外来診療日 ▶総合内科外来(月～金曜日) ▶漢方外来(木曜日)  
▶禁煙外来(月曜日)  
▶がん総合診療外来・緩和ケア外来(月・木曜日)  
▶甲状腺外来(水曜日) ▶リンパ浮腫治療外来(月～金曜日)  
紹介状予約受け付け 受診日前日の午後4時までに地域医療連携室へ  
(☎25869)

## きのこ採りは、目先の収穫より安全第一で！

秋のきのこ採りのシーズンです。毎年多くの方が山で迷ったり、沢に転落するなどの遭難が多発しています。捜索・救出には多くの人の協力が必要となります。次の心得を守り、遭難しないように十分注意しましょう。

遭難防止の心得 ▶入山前に…1人で入山しない。天気予報を確認し、悪天候が予想される日には入山を控える。家族に行き先を知らせる。菓子類や雨具、携帯電話、ライターなどを携行する。

▶入山したら…同行者と位置を確認し合う。無理せず、早めの下山を心掛ける。

▶もし遭難したら…歩き回らず、体力の温存に努める。

※きのこより大切な命、遭難には十分気をつけましょう。

問い合わせ先 総務課防災係(☎内線158)

## 行政・人権合同特設相談

直接、会場へどうぞ。

とき 10月26日(金)

午前10時～午後4時

ところ 市役所新館5階第1会議室

支所ふるさと皆館2階

問い合わせ先 生活環境課

(☎内線222)

## 秋の火災予防運動が始まります

実施期間 10月15日(月)～21日(日)

全国統一標語

「火は見てる あなたが離れる その時を」

十和田地区防火標語

「心の火 消してはいけない 注意の火」

行事内容

▶15日 消防車両・幼年消防クラブによる防火パレード、1日消防長などの実施

▶期間中 一般家庭・独居老人家庭の防火診断実施

問い合わせ先

十和田地域広域事務組合消防本部

(☎254111)

## 電気料金助成のご案内

4月1日から9月30日までに支払った電気料金の一部を助成します。

対象 平成18年10月1日以降、十和田市(大字法量・奥瀬・沢田地区を除く)に新規立地・増設し、電力契約を新設・増設し、かつ、雇用者が3人以上増加した企業・個人事業者

申込締め切り 10月19日

問い合わせ先

商工労政課(☎内線346)

青森県エネルギー総合対策局

(☎017-734-9737)

## 視聴覚センター パソコン教室

対象 18歳以上の市民

とき 10月24日(水)～26日(金)

午後の部：午後2時～5時

夜の部：午後6時30分～9時30分

ところ 市民文化センター

内容 Excelの基本

定員・費用 各10人・各2,000円

申し込み方法 往復はがきに、住所、氏名、電話番号、講座名、時間を記入のうえ次へ送付。

〒034-0301(住所不要) 十和田湖

支所 生涯学習課あて

※各講座ごと1枚のはがきで申し込みください。

申込締め切り 10月12日

申し込み先 生涯学習課(☎内線6525)

## 「街づくり・しゃべり場」第3弾

前回の意見をもとに、具体的な事業のアイデアや方向性を考えます。

関心のあるかたは、ご参加ください。

とき 10月18日(木) 午後7時～9時

ところ 市民ふれあいホール

申し込み先 商工労政課(☎内線346)

## こころの健康調査事業

今回は壮年期のかたに対し、ストレスや抑うつ感などについて、こころの健康調査を行います。

調査書の届いたかたは、ご協力をお願いします。

対象 各事業所、国保被保険者のかたの中から抽出(40歳から60歳のかた、1,000人)

問い合わせ先 十和田市保健センター  
(☎251181)

## 早寝早起き朝ごはん講演会

とき 10月18日(木)

午後7時～8時30分

ところ 市民文化センター(無料)

講演 「早起き・早寝がたいせつなわけ」講師 東京北社会保険病院副院長 神山潤さん

問い合わせ先 生涯学習課  
(☎内線6524)

## 十和田市こどものまつり

とき 10月14日(日) 午前10時～

ところ 市民文化センター

ステージ部門 ちびっこよさこいソーラン、マーチングバンド演奏、人形劇「三匹の子ブタ」、ジャグリング、チアリーダー、吹奏楽・交響楽団演奏

体験部門 絵本の読み聞かせ、茶道体験、弓道体験、カエッコ(おもちゃの交換)、動物ふれあい譲渡会など  
※都合により内容を変更する場合があります。

問い合わせ先 スポーツ青少年課

(☎内線6535)

## 家庭教育地区講座 「子どもの心を知ろう」

とき 11月8日(木) 午前10時～正午

ところ 市民文化センター

講演 「いざというとき、子どもを救える親になりたい」

講師 登校拒否文化医学研究所

所長 高橋良己さん(無料)

申し込み方法 電話かFAXで氏名、電話番号、託児の有無をお知らせください(事前申し込み必要)。

申し込み先 10月31日までに中央公民館へ(☎25277・FAX249539)