

## 夜間・休日の当番医は

### 北海道救急医療情報案内センター

一般電話からは  
フリーダイヤル ☎ 0120・20・8699

携帯電話からは ☎ 011・221・8699

## ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を！

ノロウイルスに感染すると、おう吐や下痢などの症状が出ます。感染者のおう吐物や便から感染が広がりやすく、抵抗力の弱い高齢者や乳幼児は特に注意が必要です。次のことに気をつけましょう。

●石けんと流水で手を洗う。調理や食事の前、排せつ後は十分に行う

●二枚貝などの食品は、中心部まで85℃以上で1分以上加熱する

●汚物はビニール袋に密封して廃棄し、汚物が付いた物や場所は、塩素系漂白剤で消毒する

☎保健予防課☎25・9848



## 特定健診・後期高齢者医療健診とがん検診のセット型健診

☎所 ●12/2(火)・3(水)・4(木)＝J A 東旭川  
(東旭川南1の5)

●12/5(金)＝J A 東神楽西神楽支店  
(西神楽南1の2)

●12/9(火)・10(水)＝J A たいせつ本所  
(東鷹栖1の3)

☎実施日の2週間前までに旭川厚生病院健康推進課☎33・7171 ☎国民健康保険課☎25・9841、後期高齢者医療健診は☎25・8536



## 土曜HIV検査を無料実施

通常は平日実施の検査ですが、世界エイズデーの取組みとして土曜日に行います。

☎12/6(土)13:30～15:30

☎第二庁舎3階講座室（7の10）

☎検査は匿名。完全予約制。希望者は梅毒検査も同時実施。結果は1時間程度で判明

☎右の申込フォームまたはエイズ専用相談電話（保健予防課内 ☎26・8120）



## その他

### 第48回高齢者文化祭を開催

☎☎①作品展＝11/28(金)～12/1(月)

10:00～16:00、2(火)9:00～12:00

②音楽芸能発表会＝12/2(火)

10:00～16:15

☎①市民文化会館展示室（7の9）

②同館大ホール（7の9）

☎作品展来場者はあさひかわ健幸アプリのポイントが100ポイントもらえます ☎長寿社会課☎25・6457



## 夜間急病センターの場所・診療時間

市立旭川病院2階 ☎25・0297  
(金星町1) 午後10時～午前7時30分



旭川市医師会

介護119番（高齢者虐待通報・相談窓口）…… ☎25・9119

## 心の健康に関する催し

### ①断酒会員によるお酒の悩み相談 予約不要

☎12/4(木)13:00～14:30

☎総合庁舎4階（7の9）

☎飲酒やアルコール依存等に関してお困りの方とその家族

### ②旭川自死遺族わかちあいの会 新規のみ予約制

☎12/12(金)13:30～15:00

☎市民文化会館（7の9） ☎自死遺族の方

### ③精神科医師による心の健康に関する相談 予約制

☎12/17(水) ☎総合庁舎4階（7の9）

☎精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族

☎②③事前に保健師の個別相談あり

☎②③保健予防課☎25・6364

☎①保健予防課☎25・6364



## 福祉・保険

### 11/17～12/1は介護保険料「普通徴収」の方の第5期の納期です

普通徴収の方の保険料の納入は、口座振替が便利です。特別な事情で納められない方のために、保険料の減額や支払い猶予の制度があります。

☎65歳以上の方 ☎介護保険課☎25・5356

### 認知症サポーター養成講座

☎認知症を学びみんなで考える

☎12/17(水)10:00～11:30

☎ときわ市民ホール（5の4）

☎20人

☎受講者にオレンジバッジ、またはオレンジカードを配布 ☎右の申込フォームまたは旭川市社会福祉協議会☎90・1449



## 健康

### 健幸イベント あさしお適塩ライフ

減塩食品の試食、うす味みそ汁の試飲、適塩や野菜摂取のアドバイスなどを通して、あさしお（塩分控えめ）のコツを学びませんか？

☎12/15(月)14:00～15:30

☎コープさっぽろ東光店（豊岡1の5）

☎来場者はあさひかわ健幸アプリのポイントが50ポイントもらえます

☎健康推進課☎23・7816

