

3月の相談ご案内

●人権相談

3/17(火) 13時30分～16時 りんくる
広聴・市民生活課 ☎72・3153

●行政相談

3/19(木) 13時30分～16時 市役所1階
広聴・市民生活課 ☎72・3153

●家庭生活相談と女性相談

3/3(火)・10(火) 10時～15時 市役所1階
3/17(火) 10時～15時 花川南コミセン
3/24(火) 13時～16時 市役所1階
北海道家庭生活カウンセラークラブ石狩地区
広聴・市民生活課 ☎72・3227

●行政書士無料相談

3/14(土) 13時～15時
コープさっぽろいしかり店2階西側
浅井行政書士事務所 ☎74・2799

3/25(水) 13時～15時 りんくる
池田法務事務所 ☎72・3558(電話予約可)

●身障相談

3/6(金) 13時30分～15時 りんくる
石狩市身体障害者福祉協会 ☎72・8184

●年金相談 ※窓口相談のみ

平日 8時30分～17時15分
毎月第2土曜 9時30分～16時
街角の年金相談センター麻生
☎011・708・7087

●住民よろず相談

木曜 13時～16時(受付15時まで)
りんくる101会議室 ☎72・8184

毎月第3木曜 13時～16時(受付15時まで)
厚田保健センター ☎78・2521
浜益支所住民相談室 ☎79・5050

●ジョブガイドいしかり

平日 8時45分～17時
就業アドバイザーによる相談は
月・水・金曜 10時～16時(昼休みを除く)
ジョブガイドいしかり(市役所2階) ☎75・8609

●労働相談所 ※要申込

平日 9時～18時
連合北海道石狩地区連合
いしかり労働相談センター ☎60・4704

●建築相談

平日 10時～15時
建設指導課 ☎72・3141

●成人健康相談 ※前日までに要申込

生活習慣病の予防や改善、女性特有の更年期
障害など、健康相談に保健師、栄養士が応
じます。動脈硬化早期発見に役立つ簡易血
管年齢測定もできます。
※個室希望者は申込時に応相談
3/26(木) 10時～11時30分 りんくる
保健推進課 ☎72・3124

●石狩市消費生活相談窓口

平日(火曜除く) 10時～15時
市役所1階ロビー ☎75・2282

●石狩消費者協会相談窓口

火曜 10時～15時
石狩商工会館 ☎72・2432

●こども・ひとり親相談

平日 9時～16時
こども相談センター ☎72・3195

●不登校相談ふらっとくらぶ

平日 9時30分～15時(金曜は12時まで)
ふらっとくらぶ ☎62・8411

●引きこもりや不登校などに関する相談

平日 10時～19時
相談室セジュール・まるしえ ☎77・5763

●子育て電話相談

平日 10時～16時
えるむの森 ☎71・2013
くるみの木広場 ☎73・0773
もくば ☎73・8900
こあらくらぶ ☎66・4500
りとるきっず(土曜も) ☎76・6688

●子どもを預かってほしいとき

平日 9時～17時
いしかりファミリー・サポート・センター ☎72・5552
6時30分～9時、17時～20時の時間帯は携帯へ
☎080・1866・6604

忘れていませんか? 予防接種

市ではさまざまな予防接種を実施していますが、それぞれ決められた接種
期間があります。その期間を逃すと自費で受けなければならなくなりますの
で、忘れずに接種しましょう。

特に3～4歳児対象の「みずぼうそう予防ワクチン」と、65歳と70歳対象
の「高齢者用肺炎球菌予防ワクチン」は、接種期限が3/31(火)となっ
ています。これを過ぎると任意接種となり、全額負担となりますのでご注意く
ださい。 問合せ 保健推進課 ☎72・6124

3月は「自殺対策強化月間」です

こころの不調を感じたら一人で悩まず、だれかに話してみましよう。下記の
電話でもご相談に応じます。

●全国一斉こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570・064・556

●よりそいホットライン(24時間対応) ☎0120・279・338

※ガイダンスで専門的な対応も選べます(外国語含む)

問合せ 保健推進課 ☎72・3124

チェックしてみよう!

下記の項目をチェックして、心当たりがあればうつ病の可能性が考えられるので、
早めに相談または受診しましょう。

- 理由もなく悲しい、憂うつな気分
- 自分が役に立つ人間だとは思えない
- 何事にも興味がわかず、楽しくない
- 今まで楽しめていたことが、楽しめない
- 疲れやすい、元気がでない
- なかなか寝付けぬ、夜中に目が覚めた
- 力がわかない、何もする気がしない
- あと眠れない

●時間外納付・相談窓口

| | | |
|------|--------------------------|---|
| 開設日時 | 3/22(日) 10時～15時 | |
| | 3/26(木) 17時15分～20時 | |
| 開設窓口 | 市税、国民健康保険税 後期高齢者医療保険料 | 納税課(1階) ☎72・3118 |
| | 上下水道料金 | 水道営業課(2階) ☎72・3133 |
| | 介護保険料 | 高齢者支援課 (りんくる1階) ☎72・6121 |
| 納期限 | 3/10(火) | 上下水道料金(2月分) |
| | 3/31(火) | 国民健康保険税(第10期) 後期高齢者医療保険料(第9期) 介護保険料(第10期) |

※厚田支所、浜益支所では時間外の窓口を開設
していません

※石狩ハイスタンプ会が発行するハイスタンプ券
での納付はできません

石狩ハイスタンプ券の取扱時間

8時45分～17時15分 ※土日祝日を除く



3月の救急当番病院

内科 昼間:日曜、祝日 9時～17時
 夜間:月曜～金曜、祝日 18時～23時 / 土曜、日曜 19時～翌朝7時

外科 第1・3・5土曜 13時～17時
 日曜、祝日 9時～17時

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|-------------------------------------|
| 1 内科 昼間①石狩 夜間②幸愜会 外科 ②幸愜会 | 2 内科 ①石狩 | 3 内科 ②幸愜会 | 4 内科 ①石狩 | 5 内科 ②幸愜会 | 6 内科 ①石狩 | 7 内科 外科 ②幸愜会 |
| ※夜間協力病院(23時～翌7時) | | | | | | |
| 8 内科 昼間①石狩 夜間②幸愜会 外科 ②幸愜会 | 9 内科 ①石狩 | 10 内科 ②幸愜会 | 11 内科 ①石狩 | 12 内科 ②幸愜会 | 13 内科 ①石狩 | 14 内科 ②幸愜会 |
| ※夜間協力病院(23時～翌7時) | | | | | | |
| 15 内科 昼間③みき 夜間②幸愜会 外科 ②幸愜会 | 16 内科 ①石狩 | 17 内科 ②幸愜会 | 18 内科 ①石狩 | 19 内科 ②幸愜会 | 20 内科 ①石狩 | 21 内科 ②幸愜会 外科 ④はまなす |
| ※夜間協力病院(23時～翌7時) | | | | | | |
| 22 内科 昼間⑤ふるかわ 夜間②幸愜会 外科 ⑥いしかり脳外 | 23 内科 ①石狩 | 24 内科 ②幸愜会 | 25 内科 ①石狩 | 26 内科 ②幸愜会 | 27 内科 ①石狩 | 28 内科 ②幸愜会 |
| ※夜間協力病院(23時～翌7時) | | | | | | |
| 29 内科 昼間⑦立石 夜間②幸愜会 外科 ②幸愜会 | 30 内科 ①石狩 | 31 内科 ②幸愜会 | | | | |
| ※夜間協力病院(23時～翌7時) | | | | | | |

- ① 石狩病院 函 花川北3・3 ☎74・8611
- ② 石狩幸愜会病院 函 花川北7・2 ☎71・2855
- ③ みき内科クリニック 函 花川南7・3 ☎75・2525
- ④ はまなす医院 函 花畔4・1 ☎64・6622
- ⑤ ふるかわ内科 函 花川南7・1 ☎73・7776
- ⑥ いしかり脳神経外科クリニック 函 花川北6・1 ☎71・2333
- ⑦ 立石クリニック 函 花川北6・2 ☎72・4711

石狩医師会のホームページでも詳しい情報が手に入ります。 [石狩医師会](#)

※夜間協力病院(札幌市内)

月～金曜(平日、祝日)の23時～翌7時は、
 下記の2つの病院で受診ができます。

手稲溪仁会病院

函 札幌市手稲区前田1・12 ☎011・681・8111

札幌東徳洲会病院

函 札幌市東区北33東14 ☎011・722・1110

受診可能な医療機関の情報に関する問合せ(24時間)

救急医療情報案内センター
 ☎0120・20・8699

- 小児救急電話相談 プッシュ回線 #8000
 - その他ダイヤル ☎011・232・1599
- 毎日19時～23時 ※日曜、祝日、年末年始も行っていきます

病院へ行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったときは
#7119 または ☎011・272・7119
 救急安心センター(24時間365日対応)

定期普通救命講習会

心肺蘇生法や異物除去、訓練用AEDを用いた講習会です。受講者には「普通救命講習修了証」をお渡します。

対象 中学生以上の市民または市内勤務者

日時 3/15(日)9時～12時 持ち物 筆記用具 費用 無料

申込方法 事前に電話申込 ※当日受付不可

場所・問合せ 石狩消防署警備課(花川北1・1) ☎74・7024

献血にご協力を!

●3/4(水) 14時～17時
 ラッキー花川南店(花川南9・4)

●3/13(金) 14時30分～17時
 花川病院(花川南7・5)

問合せ 市献血推進協議会(福祉総務課内) ☎72・3127

