

総合型地域スポーツクラブ

子どもも高齢者も数多くの競技を自分に合ったレベルで楽しめる

総合型地域スポーツクラブは、地域住民が自主的・主体的に運営し、身近な地域でスポーツに親しむことのできるクラブです。①子どもから高齢者まで(多世代)、②さまざまなスポーツを(多目的)、③初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加することができます(多志向)。(詳細) スポーツ課 ☎ 381-1061



ダンススクール リズムネーション

主な活動場所 東野幌本町 7-5
(詳細) ☎ 210-8088

市内で1番クラス数・インストラクター数の多いダンス教室です。入門から上級まで計14クラス。レッスンは専用スタジオで行っており、3歳から大人まで参加しています。料金は月謝制・回数券制から選ぶことができ、レッスンを受けやすくなりました。見学や体験レッスンは無料で行っています。



一般社団法人 わくわくピース総合型クラブ

主な活動場所 文京台小学校
(詳細) ☎ 070-5614-4921

現在、ダブルダッチ・タグラグビー・バドミントン・サッカー・体力向上プログラム・スポーツ吹矢・スポレックと、子どもから大人まで誰でも参加できる活動をしています。そのほか、走り方教室やスキー教室などの短期間のプログラムやイベントも行っています。体験もできますので興味のある方はご連絡ください。



北翔大学 スポルクラブ

主な活動場所 北翔大学構内
(詳細) ☎ 387-4762

北翔大学の施設で、こども体操教室・大人向け健康体操・エアロビック・ヨガ・ピラティス・トレーニング・プール教室などの各種教室を開催。900人近い地域の方が会員として日々利用しています。北翔大学の研究の一環で運営しており、研究に協力すると体力測定結果を知ることができます。

介護予防教室 シニアの元気アップ講座

いつまでも元気で、自分らしく暮らすために必要な運動、栄養、口腔ケア、認知症



予防に関する知識を、専門職からの講話や実技指導を交えて学びます。

日時 5月22日(水)・29日(水)

13:30～16:00

会場 保健センター

対象 2日間受講できるおおむね65歳以上の市民、先着25名。無料
申込方法 4月1日(月)から電話申し込み

(詳細) 江別第一地域包括支援センター ☎ 389-4144



(c)H.N.F.

北海道日本ハムファイターズ 江別市民応援デー

北海道日本ハムファイターズは、5月10日(金)18時から札幌ドームで開催される埼玉西武戦のC指定席に、江別市民500組1,000名様を無料で招待します!

対象 江別市民 ※応募多数の場合は抽選

申込方法 球団公式サイトでの申込フォームに必要事項を入力して送信

申込期間 4月1日(月)～20日(土)

(詳細) 北海道日本ハムファイターズお客様センター ☎ 0570-005-586

球団公式サイト

PC ▶ <https://www.fighters.co.jp/expansion/invitation/2019/>

スマートフォン・携帯 ▶ 右記QRコードから



※当選通知は、試合日の1週間前までにメールで送ります。「fighters.co.jp」と「fmail.fighters.co.jp」の各ドメインからのメールを受信できるように事前に設定してください。

※当選後に別の席種をご希望される場合は、当日に会場内前売券売場にて座席変更を受け付けます(有料・席数限りあり)。

※球場内でファウルボールや折れたバット等により負傷された場合、応急処置はいたしますが、主催者・球場管理者に帰責事由がある場合を除き、その後の責任は負いかねますので、ご了承ください。

健康だより

健康セミナー

認知症を画像で見る時代へ ～市立病院の検査紹介～
どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

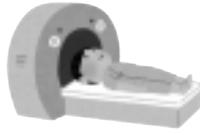
申込不要、直接会場へ。無料

講師 坂口文吾 診療放射線技師

日時 4月16日(火) 11:00～11:45

会場 市立病院2階講義室

(詳細) 市立病院看護管理室 ☎ 382-5151



糖尿病教室

糖尿病の分かりやすいお話。どなたでも参加できますので、
お気軽にご参加ください。申込不要、直接会場へ。無料

日時 4月17日(水) 15:00～16:00

・糖尿病はどんな病気なの(田中総合内科医師)

・血糖値を上げにくい食事のコツ(山口管理栄養士)

会場 市立病院2階講義室

(詳細) 市立病院栄養科 ☎ 382-5151

糖尿病?



平成31年度高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

肺炎は日本人の死因第3位の病気で、原因菌のうち最も多い
のが「肺炎球菌」です。予防接種を受けて感染を予防しましょう。

対象 次の①または②に該当し、接種を希望する方で、かつ、過
去に成人用肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことのない方

①今年度65、70、75、80、85、90、95歳になる方および100歳以上
になる方

②接種当日60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫
不全ウイルスによる免疫機能障がいのある市民の方(障害等級1
級またはそれに準じる方)

接種回数 1回

接種期間 2019年4月1日から2020年3月31日まで

自己負担額 2,500円 ただし、接種対象者のうち、生活保護世
帯または市県民税非課税世帯に属する方は、接種前に各種証明書類
を医療機関に提出することで自己負担が免除されます。申込方法、
接種方法、自己負担免除の詳細は、3月下旬に今
年度の接種対象年齢に該当する方へ個別に案内
を送付していますので、そちらをご覧ください。

(詳細) 保健センター管理係 ☎ 391-8036



休日・祝日当番病・医院(救急・急病)

【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00/外科系 9:00～翌朝 9:00 (■印の医療機関は診療時間が異なります。)

※都合により変更される場合があります。新聞紙上または北海道救急医療情報案内センター(☎0120-20-8699、携帯電話からは011-221-8699)、江別市消防本部(☎382-5453)、江別医師会のホームページでご確認ください。

月/日	内科・小児科	外科系
4/7(日)	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院(内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 <input type="checkbox"/> よしなりこどもクリニック(小児科のみ) 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
14(日)	■ ゆきざさ循環器内科 野幌屯田町 23-19 ☎ 384-1000 (診療時間 8:30～17:00)	<input type="checkbox"/> 江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
21(日)	<input type="checkbox"/> 江別内科クリニック(内科のみ) 元江別本町 35-2 ☎ 381-8900 ■ 江別市立病院(小児科のみ) 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～17:00)	■ 江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
28(日)	<input type="checkbox"/> 大麻内視鏡内科クリニック 大麻東町 31-1 ☎ 386-3366	<input type="checkbox"/> 江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
29(月・祝)	<input type="checkbox"/> 高橋内科医院三番通りクリニック(内科のみ) 大麻ひかり町 32-1 ☎ 387-7788 <input type="checkbox"/> あずま子ども家庭クリニック(小児科のみ) 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	<input type="checkbox"/> 野幌病院 野幌町 53 ☎ 382-3483
30(火・休)	一部内科一般診療があります。開院状況は北海道救急医療情報案内センターもしくは江別市消防本部にご確認ください。 <input type="checkbox"/> よしなりこどもクリニック(小児科のみ) 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
5/1(水・祝)	一部内科一般診療があります。開院状況は北海道救急医療情報案内センターもしくは江別市消防本部にご確認ください。 <input type="checkbox"/> よしなりこどもクリニック(小児科のみ) 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	<input type="checkbox"/> 江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
2(木・休)	■ 江別市立病院(内科・小児科) 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～17:00) <input type="checkbox"/> あずま子ども家庭クリニック(小児科のみ) 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	■ 江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
3(金・祝)	<input type="checkbox"/> ささなみ内科クリニック 野幌町 66-2 ☎ 382-3373	■ 江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
4(土・祝)	<input type="checkbox"/> 内科循環器科白樺通りクリニック(内科のみ) 野幌若葉町 40-11 ☎ 383-7111 <input type="checkbox"/> あずま子ども家庭クリニック(小児科のみ) 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
5(日・祝)	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院(内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 <input type="checkbox"/> 松尾こどもクリニック 高砂町 25-11 江別メディカルビル3階 ☎ 384-8819	<input type="checkbox"/> 溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
6(月・振)	<input type="checkbox"/> アウル内科クリニック 東野幌本町 2-18 ☎ 383-3456	<input type="checkbox"/> 野幌病院 野幌町 53 ☎ 382-3483

- 産婦人科救急夜間相談 ☎ 622-3299【さんぷきゅうきゅう】 札幌市産婦人科救急電話相談(年間全日対応 19:00～翌朝 9:00)
- 北海道小児救急電話相談(お子さんの急な病気やけが) ☎ 232-1599 または # 8000(年間全日対応 19:00～翌朝 8:00)
- 江別市夜間急病センター ☎ 391-0022(錦町 14-5) 内科・小児科(年中無休) 診療時間 19:00～翌朝 7:00 受付時間 18:30～翌朝 6:30