

お薬手帳を忘れずに

お薬手帳は、いつ、どの医療機関で、どのような薬を処方してもらったかを記録する手帳です。安心・安全な医療を受けるための大切な情報源となりますので、お薬手帳は一冊にまとめ、病院や薬局に行くときは必ず持参しましょう。

《お薬手帳のメリット》

- ◆服用状況を明確に伝えられ、重複投与や不適切な飲み方を防ぎます。
- ◆災害時などに適切な対処ができます。
- ◆残薬がある場合、薬の名前や分量を記入しておくことで、医師が処方量を調節する目安となります。

詳細 町民課 国保・年金グループ
☎ 82-2325

両親教室（パパママ教室）～お母さん編～

現役の助産師から妊娠や出産などの話を聞いてみませんか。相談できる時間もあります。初参加の方も大歓迎です。

日時 3月8日(火) 10時～11時15分
会場 町子ども発達支援センターひだまり
(萩野283-3 萩野小内)
対象 ①町内在住の妊婦と家族。
②1歳未満の子どもと育児中のパパ、ママ。
内容 妊娠中の体や病気のこと、出産が近づいてきた時のお話、妊娠中・産後のケアなど
定員 4組（子ども含め8名まで）
※無料（要申し込み）
持ち物 母子手帳、筆記用具
詳細 健康福祉課 健康推進グループ
☎ 82-5541

普通救命講習会

日時 2月21日(月) 18時～21時
会場 消防庁舎 2階大会議室
内容 普通救命講習（AEDを用いた心肺蘇生法、止血法）
定員 5名 ※事前申し込みが必要です。eラーニングの受講希望者は連絡してください。
詳細 消防署 ☎ 83-1119

確定申告・相談会を開催します

令和3年分の所得税の申告書の受け付けおよび申告相談を下記の日程で開催します。

申告・相談会場 苫小牧市労働福祉センター
(末広町1-15-7)

開設期間 2月1日(火)～3月15日(火)
9時～16時（土日曜・祝日を除く）
受け付け ◆三密防止のため、会場への入場には「入場整理券」が必要になります。当日申告会場でも配布しますが、国税庁のLINE公式アカウントで事前発行をしています。
◆当日分は配布状況に応じて、後日の来場をお願いすることもあります
◆入場時には当日配布した「入場整理券」またはLINEで発行した「受付完了」画面を確認しますので、必ずお持ちください。

必要書類 「前年の申告書控え」、源泉徴収など申告に必要な書類を持参してください。
※作成済みの確定申告書は、なるべく郵送で税務署に提出してください。申告に関する質問は、電話で下記に問い合わせしてください。

国税庁LINE公式アカウントは
ホームページから→

詳細 苫小牧税務署 〒053-0018
苫小牧市旭町3-4-17
☎ 32-3165



再生展示品を提供します

登別クリニックセンターに搬入され、修理した自転車や家具などを格安で提供します。

対象 町内・登別市在住の18歳以上の方。
期間 2月7日(月)9時～18日(金)17時
場所 同センター
申し込み 同センターに置いている申込書に必要事項を記入し提出するか、「地元の掲示板『ジモティー』」右記QRコードから申し込みしてください。
※締め切り後に抽選し、当選者には連絡します。

詳細 登別市市民生活部 環境対策グループ
☎ 0143-85-2958



町地域支援員の「出張支援窓口」開設日(2月)

地域支援員が地域に出向き、町内会や町民活動団体の運営などに関する課題解決の支援を行います。

日時 虎杖浜公民館 10日(木)、15日(火)
竹浦コミセン 17日(木)、22日(火)
萩野公民館 8日(火)、24日(木)
各開設日ともに13時30分～15時30分

詳細 町民まちづくり活動センター
☎ 82-4253

真心こめて毎日ご奉仕価格

贈り物の専門店
ダイソー

苫小牧市新開町4丁目2-12
☎ (0144) 53-0901

営業時間/10:00～19:00 (年中無休)

200坪の売り場面積、豊富な品揃えでお待ちしております。

◆出産内祝い ◆全快祝い
◆お歳暮 ◆入進学内祝い
◆法要・記念品
◆カタログギフト