

健康ガイド



11月の休日 当番病・医院

診療時間 | 内科、外科 = 9時～17時
歯科 = 9時～12時

- 3日(金)**
 - 内科 苫都病院 ☎(34)2135
 - 外科 ケーアンドエークリニック ☎(71)2000
 - 歯科 川治歯科医院 ☎(76)6480
- 5日(日)**
 - 内科 横山内科消化器科 ☎(74)0011
 - 外科 苫小牧東部脳神経外科 ☎(53)5000
 - 歯科 伊尾歯科医院 ☎(72)7222
- 12日(日)**
 - 内科 桜木ファミリークリニック ☎(71)2351
 - 外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221
 - 歯科 うとない歯科 ☎(53)8888
- 19日(日)**
 - 内科 合田内科小児科医院 ☎(33)9208
 - 外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000
 - 歯科 いしざわ歯科クリニック ☎(68)4618
- 23日(木)**
 - 内科 苫小牧消化器外科 ☎(51)6655
 - 外科 苫小牧消化器外科 ☎(51)6655
 - 歯科 新生台歯科クリニック ☎(33)8820
- 26日(日)**
 - 内科 浪岡内科消化器科クリニック ☎(51)2811
 - 外科 勤医協苫小牧病院 ☎(72)3151
 - 歯科 やよいフレンド歯科 ☎(75)2000

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 ☎(32)6407

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2-9-2 ☎(32)0099
診療科目 内科、小児科
診察時間 平日 午後7時～翌朝7時
土曜日 午後2時～翌朝7時
休日 午前9時～翌朝7時

- 救急時、受診先が分からないときは「北海道救急医療・広域災害情報システム」☎0120(20)8699、携帯電話・PHSの方は☎011(221)8699
- 夜間子どもが急病にかかったとき「小児救急電話相談」☎#8000または☎011(232)1599

赤ちゃんのための健診・教室

所教育・福祉センター3階
健康支援課 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
パパママ教室	★12月17日(日) 10時～12時	妊娠4～8カ月の 初妊婦とその夫 定36組 抽選	もく浴実習、お父さんの妊婦体験(Tシャツ着用)、ビデオ学習	30日(休)、★12月1日(金)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	30日(休) 9時30分～11時30分	29年9月生まれの子と親 定40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「7か月児」	10日(金)、17日(金) 14時15分～16時	29年4月生まれの子と親 定30組 申し込み順	10日 = これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊ばせよう 17日 = 離乳の進め方、歯を守りましょう	
赤ちゃん教室「12か月児」	9日(休) 9時30分～11時	28年11月生まれの子と親 定30組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会	
「1歳6か月児」健康診査	14日(火) 9時30分～10時45分 13時～14時30分 15日(水) 9時30分～10時45分	28年4月生まれの子(2歳未満の未受診児についてもご相談ください)	心身の発達状況の確認	対象者に通知
「3歳児」健康診査	15日(水) 13時～14時30分 16日(木) 9時30分～10時45分 13時～14時30分	26年10月生まれの子(4歳未満の未受診児についてもご相談ください)		
BCG接種 ☎(32)6407	6日(月)、20日(月) 接種開始時間 = いずれも14時から(受付 = 13時30分～14時30分) 直接会場へ	生後3か月～1歳に 至るまでの乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後5～8か月 2.接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種後6日以上たっていない方 ●37.5度を超える発熱があったり、重い病気の方や以前に予防接種で強いアレルギー反応があった方 母子健康手帳、予防票、バスタオル 保護者同伴。接種後27日間は他の予防接種は受けられません	

市民健康教室 ※10とまチョップポイント

健康支援課 ☎(32)6407

とき	ところ	内容	申し込み
2日(休) 13時から	豊川コミュニティセンター	桜木ファミリークリニック理事長による「インフルエンザの正しい知識、予防、対処法」の講演、保健師による健康講話と血圧測定	直接会場へ

対がん協会のがん検診 ※100とまチョップポイント

健康支援課 ☎(32)6407

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	★12月2日(出) 受付場所・時間 市役所1階ロビー = 7時～7時20分 のぞみコミセン = 7時15分～7時45分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎	北海道対がん協会	50人	8日(木)までに健康支援課へ(申し込み順)

11月の献血

健康支援課 ☎(32)6407

10日(金) 10:00～12:30	㈱NTT東日本北海道苫小牧支店	28日(火) 10:00～11:00 12:30～14:20 15:00～16:00	フードD Vian 青葉病院
14日(火) 10:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール苫小牧	29日(水) 10:00～11:15 12:15～13:00 14:30～16:00	ビッグハウス明野店 植苗病院 緑星の里
16日(木) 12:00～13:15 14:45～16:00	苫小牧埠頭(株)飼料サイロ事業部 旭新運輸(株)	30日(木) 10:00～11:20 12:00～13:00	消防本部 ㈱日邦パルプ
23日(木) 10:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール苫小牧		

※日時などが変更になる場合があります、ご確認ください