

保健所の相談、検査

【詳】苦小牧保健所 ☎(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	19日(金)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必要
こころの健康相談	18日(木)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	2日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	2日(火) 16日(火)	13時～ 30分程度 【対】18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	2日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	予約は ☎(35)7474
HIV抗体検査 (エイズ相談)	2日(火) 3日(水) 16日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

10月の献血

【詳】健康支援課 ☎(32)6407

1日(日)	9:30~11:30	イオンモール苦小牧
	12:45~16:30	
4日(水)	12:10~13:00	光生アルミ北海道(株)
	14:40~16:30	JX金属苦小牧ケミカル(株)
18日(金)	9:30~12:00	北海道電力(株)苦小牧支店
20日(日)	9:30~11:00	グランドホテルニュー王子
	12:30~16:30	

10とまチョップポイント引換券をプレゼント!
※日時などが変更になる場合があります。ご確認ください

10月は「臓器移植普及推進月間」「骨髄バンク推進月間」です
【詳】健康支援課 ☎(32)6407

健康 NEWS

家族のふれあいマッサージ & インファントセラピー

【日】10月28日(日) 10時～11時30分

【所】男女平等参画推進センター

【対】2歳の子どもと保護者

【内】機材や薬剤を使わず、洋服の上から優しくなでる親子のふれあいマッサージ

【定】10組 申し込み順

【持】バスタオル

【申】10月10日(水)からEメールで 日本セラピユーティック・ケア協会 ☒happytoday.thera@gmail.com

【詳】健康支援課 ☎(32)6411

放置すると怖い！糖尿病と腎臓の深い関係 ～予防のためのおうちでできるストレッチ～

【日】10月27日(土) 14時～16時
(受付=13時30分)

【所】市民活動センター

【内】北海道医療センター 加藤医師、(株)コーレ 森川健康運動指導士による講演会

【定】80人 申し込み順

【申】10月25日(木)までに直接または電話、ファクスで 国保課 ☎(32)6425 ☎(35)5266



プレママくらす ママくらす

【日】①10月23日(火) ②10月30日(火) 10時～12時 (受付=9時40分)

【所】①のぞみコミセン ②沼ノ端コミセン

【対】①妊娠5カ月(妊娠16週)以降の妊婦 ②産後3～7カ月未満の母親と子ども

【内】相談交流会、①マタニティヨガ ②ベビーマッサージなど

【定】①20人 ②20組

【持】母子健康手帳、②ベビーオイル、バスタオル

【申】開催日の一週間前までに 沼ノ端コミセン ☎(57)5560

【詳】健康支援課 ☎(32)6411 ※詳細はHPで

パパカフェ

【日】11月4日(日) 10時～11時30分

【所】住吉コミセン

【対】4カ月～1歳未満の子どもと父親(母親も参加可)

【内】遊び方の講習や交流など

【定】20組 申し込み順

【持】バスタオル、ミルク、おむつ、父子(母子)手帳

【申】ワーカーズコープ ☎080(4174)0055

【詳】健康支援課 ☎(32)6411

がん患者交流サロン

①市立病院

【日】10月4日(木) 13時30分～15時

【内】お家でできるリハビリ

②王子総合病院

【日】10月9日(火) 13時30分～15時

【内】がんの治療～放射線治療って?～

.....
【対】市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ)

【詳】健康支援課 ☎(32)6407