

保健所の相談、検査

所詳 苫小牧保健所 ☎(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	医療に関する相談や苦情を受け付け、解決方法について助言	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	15日(月)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	9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	9日(火) 23日(火)	13時～ 30分程度 対18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	23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検査 (エイズ相談)	9日(火) 10日(水) 23日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

4月の献血

詳 健康支援課 ☎(32)6407

1日(月)	9:30～11:30	イオンモール苫小牧
	12:45～16:30	
4日(木)	9:30～11:30	イオンモール苫小牧
	12:45～16:30	
5日(金)	13:40～16:30	苫小牧東病院
8日(月)	9:30～11:45	コープさっぽろパセオ川沿店
	13:00～16:30	
11日(木)	10:00～12:00	ネットトヨタ苫小牧榑樽前いと店
	13:40～16:30	
12日(金)	10:00～12:00	ネットトヨタ苫小牧榑とまこまい店
	13:30～16:30	
15日(日)	9:30～12:00	福祉ふれあいセンター
	13:30～15:00	苫小牧保健所
	15:30～16:30	苫小牧港開発榑
16日(火)	9:30～12:00	消防本部
	13:30～14:30	苫小牧埠頭榑ハーバーFビル
	15:00～16:30	榑カナモト苫小牧営業所

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

健康 NEWS

親子デンタル教室

☎4月24日(火) 13時～15時

所 教育・福祉センター

対 平成29年10月～平成30年4月生まれの子どもとその親

内 歯科医師による講演「虫歯にならないための子育てを考えよう」、希望者にはフッ素塗布

定 30組 申し込み順

持 母子健康手帳、乳児用歯ブラシ

申 詳 4月22日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

がん患者交流サロン

■王子総合病院

☎4月9日(火) 13時30分～15時

内 笑いのヨガ～笑いで免疫力を高めよう!～

■市立病院

☎4月15日(月) 13時30分～15時

内 心も体も軽やかヨガ(動きやすい服装で)

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

ロコモ予防運動教室

☎4月19日～6月21日 毎週金曜日(5月3日、17日を除く) 全8回 13時30分～14時30分

対 18歳以上(高校生を除く)

Mom's サロン Oasis

☎4月25日(木) 10時30分～11時30分(受付10時15分)

所 教育・福祉センター 直接会場へ

対 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども

内 セラピューティックによるママのマッサージ、おしゃべりタイムなど

持 母子健康手帳、バスタオル

詳 健康支援課 ☎(32)6411

4月2日は世界自閉症啓発デー

■ライト・イット・アップ・ブルー2019 inとまこまい

☎所 4月2日(火) 点灯式・自閉症啓発ウォーキング

出発式=17時40分 市役所1階ロビー、ウォーキング=18時ごろ 駅前シンボルストリート

■自閉症啓発ライトアップ

☎所 4月2日(火)～8日(月) 緑ヶ丘公園展望台、苫小牧信用金庫本店、ふれんどビル、駅前本通(駅前本通は5月12日(日)まで)

■自閉症・発達障がい関連図書コーナー開設

☎所 3月30日(土)～4月25日(木) 中央図書館

詳 障がい福祉課 ☎(32)6356

¥2千500円 当日納入

定 各20人 申し込み順

所 申 詳 4月1日(月)～18日(木)に 総合体育館 ☎(34)7715