

健康ガイド



9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

ホームページでもご覧になれます

☎健康支援課 ☎(32)6407

9/6
日

- 内科 稲岡内科小児科 ☎(72)5141
- 外科 とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111
- 歯科 なか歯科医院 ☎(52)0800

9/13
日

- 内科 苫小牧澄川病院 ☎(67)3111
- 外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221
- 歯科 わたなべ歯科 ☎(56)5886

9/20
日

- 内科 吉川医院 ☎(34)4565
- 外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000
- 歯科 のぞみ歯科 ☎(61)4055

9/21
月

- 内科 柴田内科循環器科 ☎(71)2225
- 外科 苫小牧泌尿器科・循環器内科 ☎(57)0455
- 歯科 ファースト歯科クリニック ☎(68)0001

9/22
火

- 内科 たかやなぎ小児科 ☎(71)2115
- 外科 ハート整形ペインクリニック ☎(38)7000
- 歯科 松井デンタルクリニック ☎(57)8241

9/27
日

- 内科 苫小牧呼吸器内科クリニック ☎(35)0002
- 外科 にっしん泌尿器科クリニック ☎(71)1100
- 歯科 松沢歯科クリニック ☎(82)8205

子どものための健診・教室

☎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
赤ちゃん教室「2か月児」	24日(木) 9時30分～10時30分	令和2年7月生まれの子*と親 定20組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「6・7か月児」	4日(金)、25日(金) 14時15分～15時15分	令和2年2月・3月生まれの子*と親 定20組 申し込み順	4日 = これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 25日 = 離乳の進め方、お口のケアと相談タイム	開催日の2日前までに健康支援課へ ※いずれかの対象月齢でご参加ください
赤ちゃん教室「11・12か月児」	23日(木) 9時30分～10時30分	令和元年9月・10月生まれの子*と親 定20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	15日(火) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分 16日(水) 9時30分～10時45分	令和元年2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	16日(水) 13時～14時30分 17日(木) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分	平成29年8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	7日(月)、28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	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カ月 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

300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
10日(木) 13時から	アイビー・プラザ	オーラルフレイルを予防し健康寿命を延ばそう!	直接会場へ ※マスクの着用をお願いします
17日(木) 13時から	のぞみコミュニティセンター	意外と知らない高血圧と腎臓の関係	

対がん協会のがん検診

☎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	★10月7日(木) 受付場所・時間 市役所1階ロビー = 7時30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	17日(木)までに健康支援課へ(申し込み順)

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
診療時間 | 平日 19時～翌朝7時
土曜日 14時～翌朝7時
休日 9時～翌朝7時

とまこまい医療介護連携センター

所在地 | 旭町2-4-20 ☎(37)0177
受付時間 | 平日 8時30分～17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
☎「子ども医療電話相談」
☎#8000または☎011(232)1599

☎「医療と介護の相談窓口」
訪問診療を必要とする方はお気軽にご相談ください