

保健所の相談、検査

☎健康支援課 ☎(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	20日(月)	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	13日(月)	専門職員による面接相談	
肝炎ウイルス検査	7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	7日(火) 21日(火)	13時から 30分程度 ☎18歳～54歳	
HTLV-1抗体検査	21日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせ	
HIV検査 (エイズ相談)	7日(火) 21日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせ	予約は ☎(35)7474

12月の献血

☎健康支援課 ☎(32)6407

13日(水)	9:30～11:00	日胆農業会館
	13:00～15:00	苫小牧澄川病院
	15:30～16:30	㈱ダイコク
16日(木)	9:30～11:30	㈱ケーエス
17日(金)	9:30～10:45	苫小牧埠頭㈱港運事業部
	11:15～13:00 14:30～16:30	ネットトヨタ苫小牧㈱キテネット館 苫小牧東病院
20日(日)	9:30～11:15	㈱苫東
	9:30～10:45	苫小牧港開発㈱本社ビル前
24日(金)	11:15～13:15	トヨタカローラ苫小牧㈱
	15:00～16:30	JX金属苫小牧ケミカル㈱

※日時などが変更になる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPでご確認ください
(問い合わせ先)北海道赤十字血液センター苫小牧出張所 ☎(61)1715

今月の健康NEWS

Mom'sサロンOasis

☎12月23日(木) 10時30分～11時15分(受付10時15分)
所教育・福祉センター 3階プレイルーム 直接会場へ
☎妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども
☎おしゃべりタイムや個別相談(予定)
持母子健康手帳、バスタオル
詳健康支援課 ☎(32)6411

親子デンタル教室

☎12月22日(水) 13時～14時(受付12時50分まで)
所教育・福祉センター 3階
☎令和2年6月～令和2年12月生まれの子と親
☎歯科医師による講演、ブラッシング指導
定20組 申し込み順
持母子健康手帳
申詳12月20日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

5歳児発達相談について

セルフチェック表でお子さんの特徴や傾向を知り、気になることがあればご相談ください。心配なことがある方は早めにご相談ください
☎平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの子(案内は発送済み)
詳健康支援課 ☎(32)6411

子育て応援教室 おとうさんといっしょ!

☎令和4年1月16日(日) 10時～11時
所教育・福祉センター 3階
☎生後4カ月～1歳6カ月以下の子どもと父親
☎子どもとの関わりのポイント、遊び方、読み聞かせなど
定20組 申し込み順
持父子健康手帳、おしぼり、オムツ・ミルク(必要な方のみ)
申詳12月6日(月)から電話で 健康支援課 ☎(32)6411

みんなで守ろう!こころの健康 ～こころの不調に気づき、つなぎ、支えあう～ (ゲートキーパー養成講座)

悩んでいる人に寄り添う「ゲートキーパー」になりませんか? ※受講者にはオリジナルゲートキーパーグッズなどをプレゼント
☎12月17日(金) 14時～15時30分(受付13時30分)
所市民活動センター 3階会議室
☎受講歴がない方
定25人 申し込み順
申詳12月1日(水)～16日(木)に電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411



こころの相談日

☎①12月1日(水) ②令和4年1月5日(水) 9時～16時
☎こころの悩みを抱えるご本人やご家族
☎気分が落ち込む、不安が強いなどこころの不調を感じていませんか?一人で抱え込まず、ぜひご相談ください
所申詳②12月27日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410