

保健所の相談、検査

☎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	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	16日(木)	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 ☎18～54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

2月の献血

☎健康支援課 ☎(32)6407

1日(水)	11:45～13:00	苫小牧栗林運輸(株)
	14:30～16:30	桜木ファミリークリニック
8日(水)	9:30～13:15	マックスバリュ新花園店
9日(木)	9:30～11:30	苫小牧港湾合同庁舎
	13:00～16:30	㈱札幌デンタル・ラボラトリー苫小牧営業所
10日(金)	9:30～12:15	北海道電力ネットワーク(株)苫小牧支店
	13:45～14:30	苫小牧埠頭(株)ハーバーFビル
	15:00～16:30	㈱カナモト苫小牧営業所
25日(土)	9:30～12:30	イオンモール苫小牧
	14:00～16:30	
26日(日)	9:00～12:30	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
	14:00～16:30	

※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

がん患者交流サロン

☎2月14日(火) 13時30分～15時
☎がん患者とその家族
☎がん患者の心理とケア～心の負担を軽くするために～
☎甲 王子総合病院がん相談支援センター ☎(32)8111
☎詳 健康支援課 ☎(32)6407

こころの健康ヨガ

☎3月3日(金) 10時～11時30分 (受付9時30分)
☎教育・福祉センター 3階
☎こころの健康づくりに興味のある方
☎保健師によるこころの健康についてのミニ講話、インストラクターによるヨガ講座
☎定20人 申し込み順
☎申詳2月28日(火)までに電話または市HPで 健康支援課 ☎(32)6410



Mom'sサロン Oasis

☎2月16日(木) 10時30分～11時15分 (受付10時15分)
☎教育・福祉センター 3階 直接会場へ
☎妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども
☎持 母子健康手帳、バスタオル、おむつ
☎詳 健康支援課 ☎(32)6411

ゲートキーパー養成講座フォローアップ研修～つなごう！こころのネットワーク～

☎2月13日(月) 14時～15時30分 (受付13時30分から)
☎市民会館 小ホール
☎過去に市のゲートキーパー養成講座を受講した方
☎最新の自殺の動向やこころの健康に関する講座
☎講師 苫小牧緑ヶ丘病院 ^{たかはしともやす} 高橋朋康氏
☎定100人 申し込み順
☎持 筆記用具、ゲートキーパー手帳
☎申詳2月10日(金)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411



親子デンタル教室

☎2月22日(水) 13時～14時30分 (受付12時50分まで)
☎教育・福祉センター 3階
☎令和3年8月～令和4年2月生まれの子どもと保護者
☎歯科医師による講演、ブラッシング指導、フッ素塗布
☎定20組 申し込み順
☎持 母子健康手帳、乳幼児用歯ブラシ
☎申詳2月20日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

こころの相談日

☎①2月1日(水) ②3月1日(水) いずれも9時～16時
☎こころの悩みを抱えるご本人やご家族
☎申詳②2月24日(金)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410