



健康ガイド



子どものための健診・教室など

☎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]	1月25日(木) 9時30分～10時40分	令和5年11月生まれの子と親 ☎20組 申し込み順	離乳食の進め方、これからの発達を考えよう	開催日の2日前までに電話または二次元コードで
赤ちゃん教室 [6・7か月児]	1月23日(火) 9時30分～11時	令和5年6・7月生まれの子*と親 ☎30組 申し込み順	これからの発達・生活リズムを考えよう、離乳食の進め方、お口のケアと相談タイム	開催日の2日前まで ※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]	1月31日(水) 9時30分～10時40分	令和5年1・2月生まれの子*と親 ☎20組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び	
[1歳6か月児] 健康診査	1月16日(火) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分 1月17日(水) 9時30分～10時15分*	令和4年6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 ※17日午前は、1歳6か月児健診・3歳児健診の混合枠です。 きょうだいで受診を希望される場合はご連絡ください
[3歳児] 健康診査	1月17日(水) 10時15分～10時45分*、 13時～14時30分 1月18日(木) 13時～14時30分	令和2年12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)		
Mom'sサロン Oasis	1月25日(木) 10時30分～11時15分 (受付10時15分)	妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども ☎なし 直接会場へ	おしゃべりタイム、個別相談	☎母子健康手帳、バスタオル、おむつ
パパママ教室	2月18日(日) 10時～12時	妊娠4～9カ月(出産予定日が令和6年3月18日～令和6年9月1日)の初妊婦とその夫またはパートナー ☎36組 抽選	沐浴の方法、妊婦体験、妊娠中の栄養	☎母子健康手帳・父子健康手帳、筆記用具(カメラ・ビデオでの撮影可) ☎1月29日(月)～2月2日(金)に電話または二次元コードで

1月の休日当番病・医院

- 1/1 外科 光洋いきいきクリニック ☎(71)2700 歯科 若菜歯科医院 ☎(72)4191
- 1/2 外科 ハート整形ペインクリニック ☎(38)7000 歯科 すずらんファミリー歯科 ☎(74)1018
- 1/3 外科 苫小牧東部脳神経外科 ☎(53)5000 歯科 山岸歯科矯正歯科 ☎(53)6666
- 1/7 外科 苫小牧消化器外科 ☎(51)6655 歯科 とまこまい歯科クリニック ☎(36)1118
- 1/8 外科 とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000 歯科 かの歯科医院 ☎(33)0432
- 1/14 外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221 歯科 くまざわ歯科医院 ☎(61)7711
- 1/21 外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000 歯科 苫小牧デンタルケアクリニック ☎(73)3000
- 1/28 外科 アーク整形外科クリニック ☎(68)6111 歯科 玄間歯科医院 ☎(73)8823

ホームページでもご覧になれます!

令和5年4月から、内科の休日当番病・医院は夜間・休日急病センターに統合されました

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
診察時間 | 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

- ▶ 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

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

- ▶ 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

診療時間 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