

健康ガイド



4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

- 5日(日)**
 - 内科 ともこまいこどもクリニック TEL(33)1050
 - 外科 ケーアンドエークリニック TEL(71)2000
 - 歯科 高橋歯科医院 TEL(36)0808
- 12日(日)**
 - 内科 いちむら小児科医院 TEL(67)1111
 - 外科 同樹会苫小牧病院 TEL(36)1221
 - 歯科 あおぞら歯科医院 TEL(57)4618
- 19日(日)**
 - 内科 いまい内科クリニック TEL(37)8686
 - 外科 苫小牧日翔病院 TEL(72)7000
 - 歯科 たかまつ歯科医院 TEL(57)2300
- 26日(日)**
 - 内科 吉川医院 TEL(34)4565
 - 外科 アーク整形外科クリニック TEL(68)6111
 - 歯科 橘歯科医院 TEL(75)7527
- 29日(水)**
 - 内科 苫小牧病院 TEL(72)1201
 - 外科 とよた腎泌尿器科クリニック TEL(31)2000
 - 歯科 田中歯科医院 TEL(76)0056
- 5月3日(日)**
 - 内科 ともこまい北星クリニック TEL(57)8000
 - 外科 ともこまい脳神経外科 TEL(75)5111
 - 歯科 木村歯科 TEL(71)2221

ホームページでもご覧になれます

医師会 <http://www.toma-med.or.jp/>

歯科医師会 <http://www.tomashi.org/>

市健康支援課 TEL(32)6407

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2-9-2 TEL(32)0099

診療科目 内科、小児科

診察時間 平日 午後7時～翌朝7時
土曜日 午後2時～翌朝7時
休日 午前9時～翌朝7時

4月1日から夜間・休日急病センターの電話番号が変更になります

旧 TEL(35)0001 新 TEL(32)0099

赤ちゃんのための健診・教室

健康支援課 TEL(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
パパママ教室	19日(日) 10時～12時	妊娠4～8カ月の初妊婦とその夫 定30組 抽選	もく浴実習、お父さんの妊婦体験(Tシャツ着用)、ビデオ学習	2日、3日(日)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	23日(木) 9時30分～11時30分	27年2月生まれの子と親 定40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「7か月児」	3日(金)、10日(金)いずれも 14時15分～16時	26年9月生まれの子と親2日間とも出席できる方 定30組 申し込み順	3日＝赤ちゃん遊ぶ、発達を考える、母親交流会、10日＝離乳食の進め方、歯を守る	
	★5月8日(金)、5月15日(金) 14時15分～16時	26年10月生まれの子と親2日間とも出席できる方 定30組 申し込み順	8日＝赤ちゃん遊ぶ、発達を考える、母親交流会、15日＝離乳食の進め方、歯を守る	
赤ちゃん教室「12か月児」	9日(木) 9時30分～11時	26年4月生まれの子と親 定30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	14日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 15日(水) 9時30分～10時45分	25年9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	15日(水) 13時～14時30分 16日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	24年3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 TEL(32)6407	6日(月)、20日(月) 接種開始時間＝いずれも14時～ (受付＝13時30分～14時30分) 会場＝教育・福祉センター3階 直接会場へ	生後3カ月～1歳に至るまでの乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後5カ月～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、パスポートを持参し、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

健康支援課 TEL(32)6410

とき	ところ	内容	その他
23日(木) 13時～	西町総合福祉会館	青葉病院の医師による「知っていますか? ロコモティブシンドローム」の講演、保健師による保健指導と血圧測定	直接会場へ

エキノコックス症検診

健康支援課 TEL(32)6407

とき	ところ	対象	検査方法
17日(金) 10時45分～11時15分	保健センター 直接会場へ	小学3年生以上で、過去5年間検診を受診してない方	採血による血清検査

4月の献血

2日(木) 10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苫小牧	20日(月) 9:30～11:45 13:30～14:30 15:00～16:00	菱中建設(株)苫小牧本店 (株)つうげん苫小牧支店 王子総合病院附属看護専門学校
3日(金) 10:00～13:00 14:15～16:00	フードDオアシス	23日(木) 10:00～11:00 11:30～12:30 14:00～16:00	NTT東日本-北海道苫小牧支店(株)苫小牧埠頭(株)ハーバービル 青葉病院
6日(月) 10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苫小牧	24日(金) 10:00～11:20 12:10～13:30 14:45～16:00	トライアル苫小牧店 道央佐藤病院
8日(水) 10:00～11:15 12:15～13:15 14:30～16:00	ビッグハウス明野店 植苗病院 緑星の里	28日(火) 10:00～12:00 13:30～16:00	フードD見山食彩館 勤医協苫小牧病院
10日(金) 10:00～13:00 14:30～16:00	ネットトヨタ苫小牧(株)樽前1とい店 (株)カナモト苫小牧営業所	30日(木) 10:00～12:30 13:45～16:00	イオンモール苫小牧

市献血推進協議会(社会福祉協議会)
TEL(32)7111、市健康支援課 TEL(32)6407