

健康ガイド



11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

3日(木)
内科 加藤胃腸科内科クリニック
TEL(35)2125
外科 につしん泌尿器科クリニック
TEL(71)1100
歯科 うとない歯科
TEL(53)8888

6日(日)
内科 とまこまい北星クリニック
TEL(57)8000
外科 勤医協苦小牧病院
TEL(72)3151
歯科 いしざわ歯科クリニック
TEL(68)4618

13日(日)
内科 横山内科消化器科
TEL(74)0011
外科 同樹会苦小牧病院
TEL(36)1221
歯科 いずみファミリー歯科
TEL(55)0774

20日(日)
内科 さくらファミリークリニック
TEL(55)6526
外科 苦小牧日翔病院
TEL(72)7000
歯科 新生台歯科クリニック
TEL(33)8820

23日(水)
内科 たかぎ内科・循環器内科
TEL(53)7700
外科 とまこまい脳神経外科
TEL(75)5111
歯科 おひさまスマイル歯科
TEL(74)0001

27日(日)
内科 うとないキッズクリニック
TEL(53)8080
外科 アーク整形外科クリニック
TEL(68)6111
歯科 上田歯科医院
TEL(32)8211

ホームページでもご覧になれます

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

赤ちゃんのための健診・教室

教育・福祉センター3階
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	★12月18日(日) 10時～12時	妊娠4～8カ月の 初妊婦とその夫 定36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	★12月1日 (休)、2日(金)に 健康支援課へ
赤ちゃん教室 「2か月児」	24日(休) 9時30分～11時30分	28年9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 「12か月児」	10日(休) 9時30分～11時	27年11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	15日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 16日(水) 9時30分～10時45分	27年4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) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	25年10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	7日(月)、21日(月) 接種開始時間=い ずれも14時～ (受付=13時30分～14 時30分)直接会場へ	生後3か月～1歳 に至るまでの乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後5～8 か月 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、予約票、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

健康支援課 TEL(32)6407

とき	ところ	内容	申し込み
17日(木) 13時～	豊川総合福祉会館	なの花薬局しらかば店の薬局長による 「知って得する薬の知識～ジェネリック薬 品ってなに?～」の講演、保健師による健 康指導と血圧測定	直接会場へ

はじめてさんの運動教室

保健センター TEL(35)2800

日時	対象・定員	内容	申し込み
★12月2日～2月24日 毎週金曜日 全11回コース 9時30分～10時30分(受 付は9時15分から) ※祝日、年末年始を除く	15人 申し込み順 18～64歳 運動制限がない方 で、運動を始めてみ たい方(高校生不可)	体組成測定、運動の実践	11月1日(火)～ 30日(水)に保健 センターへ

- 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」
TEL0120(20)8699、携帯電話・PHSの方はTEL011(221)8699
- 夜間子どもが急病にかかったとき 「小児救急電話相談」
TEL#8000またはTEL011(232)1599

11月の献血

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

10日(木)	10:00～11:00	NTT東日本-北海道苦小牧支店(株)	23日(水)	10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苦小牧
14日(月)	10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苦小牧	28日(月)	10:00～11:30 12:00～13:00 14:30～16:00	フードD Vian ケアハウス恵みの里 青葉病院
16日(水)	12:00～13:15 14:45～16:00	苦小牧埠頭(株)飼料サイロ事業部 旭新運輸(株)	29日(火)	10:00～12:00 13:30～16:00	ビッグハウス明野店 勤医協苦小牧病院

※日時が変更になる場合があります、ご確認ください