

健康ガイド



1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

- 1日(月)**
 - 内科 おおはた内科循環器クリニック ㉿(38)8500
 - 外科 とまこまい脳神経外科 ㉿(75)5111
 - 歯科 やよいフレンズ歯科 ㉿(75)2000
- 2日(火)**
 - 内科 うとないキッズクリニック ㉿(53)8080
 - 外科 アーク整形外科クリニック ㉿(68)6111
 - 歯科 いずみの歯科クリニック ㉿(76)0178
- 3日(水)**
 - 内科 苫小牧病院 ㉿(72)1201
 - 外科 苫小牧泌尿器科・循環器内科 ㉿(57)0455
 - 歯科 高橋歯科医院 ㉿(36)0808
- 7日(日)**
 - 内科 苫小牧東病院 ㉿(55)8811
 - 外科 光洋いきいきクリニック ㉿(71)2700
 - 歯科 フラワーデンタルクリニック ㉿(84)3370
- 8日(月)**
 - 内科 やまざきこども医院 ㉿(75)1133
 - 外科 とよた腎泌尿器科クリニック ㉿(31)2000
 - 歯科 大原歯科医院 ㉿(74)0830
- 14日(日)**
 - 内科 苫小牧澄川病院 ㉿(67)3111
 - 外科 同樹会苫小牧病院 ㉿(36)1221
 - 歯科 尾形歯科医院 ㉿(36)5984
- 21日(日)**
 - 内科 いまい内科クリニック ㉿(37)8686
 - 外科 苫小牧日翔病院 ㉿(72)7000
 - 歯科 沖歯科医院 ㉿(72)8558
- 28日(日)**
 - 内科 桜木ファミリークリニック ㉿(71)2351
 - 外科 ハート整形ペインクリニック ㉿(38)7000
 - 歯科 大町歯科加藤医院 ㉿(32)2209

ホームページでもご覧になれます
健康支援課 ㉿(32)6407

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 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

所 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
パパママ教室	★2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	★2月1日(休)、 2日(日)に健康 支援課へ
赤ちゃん教室 「2か月児」	25日(休) 9時30分～11時30分	29年11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」	19日(金)、26日(金) 14時15分～16時	29年6月生まれの 子と親 定30組 申し込み順	19日=これからの発達を考 えよう、赤ちゃんと遊びま しょう 26日=離乳の進め 方、歯を守りましょう	
赤ちゃん教室 「12か月児」	11日(休) 9時30分～11時	29年1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	16日(火) 9時30分～10 時45分、13時～14時30 分 17日(水) 9時30 分～10時45分	28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
「3歳児」 健康診査	17日(水) 13時～14時 30分 18日(木) 9時 30分～10時45分、13 時～14時30分	26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)		
BCG接種 ㉿(32)6407	15日(月)、29日(月) 接種開始時間= いずれも14時から (受付=13時30分～14 時30分) 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5～8 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、バスタオルを持 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	

エキノコックス症検診

健康支援課 ㉿(32)6407

とき	ところ	対象	検査方法
12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 検診を受診していない方	採血による血清検査

対がん協会のがん検診

※100とまチョップ
ポイント

健康支援課 ㉿(32)6407

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・ 大腸・ 子宮・乳	対象者は左表で確 認してください ※胃内視鏡検査は 受診できません ★2月20日(火) 受付場所・時 間 市役所1階ロビー=7 時15分～7時45分 ※札幌 の会場まで無料バスで送迎	北海道 対がん 協会	50人	15日(月)～26日(金) に健康支援課へ (申し込み順)

- 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 「小児救急電話相談」
㉿#8000または㉿011(232)1599

1月の献血

健康支援課 ㉿(32)6407

3日(火) 10:00～12:00 13:30～16:00	フードD365沼ノ端店	16日(火) 10:00～12:00 13:30～16:00	苫小牧市役所
4日(水) 10:00～12:00 13:30～16:00	フードD365沼ノ端店	18日(木) 10:00～11:45 13:00～14:00 14:30～16:00	トライアル苫小牧店 苫小牧道路事務所
12日(金) 10:00～12:00 13:30～16:00	ビッグハウス明徳店	24日(火) 10:00～12:00 13:30～16:00	マックスパリュ弥生店 苫小牧日翔病院
15日(月) 10:00～12:00 13:30～16:00	苫小牧市役所	31日(水) 10:00～12:30 14:00～16:00	苫小牧栗林運輸㈱ 苫小牧港湾合同庁舎

※日時などが変更になる場合があります、ご確認ください