

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

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 ☎(32)6407

4/1

日

- 内科 さくらファミリークリニック
☎(55)6526
- 外科 とまこまい脳神経外科
☎(75)5111
- 歯科 斉藤歯科医院
☎(72)5628

4/8

日

- 内科 錦岡医院
☎(67)0013
- 外科 同樹会苫小牧病院
☎(36)1221
- 歯科 佐賀歯科医院
☎(76)8878

4/15

日

- 内科 とまこまい北星クリニック
☎(57)8000
- 外科 苫小牧日翔病院
☎(72)7000
- 歯科 榊原歯科医院
☎(67)6655

4/22

日

- 内科 横山内科消化器科
☎(74)0011
- 外科 ハート整形ペインクリニック
☎(38)7000
- 歯科 ささ歯科クリニック
☎(53)8299

4/29

日

- 内科 合田内科小児科医院
☎(33)9208
- 外科 アーク整形外科クリニック
☎(68)6111
- 歯科 木の花歯科
☎(71)3535

4/30

月

- 内科 苫小牧病院
☎(72)1201
- 外科 とよた腎泌尿器科クリニック
☎(31)2000
- 歯科 あおば歯科
☎(74)8888

子どものための健診・教室

☎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	22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	5日(休)、6日(休)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	26日(木) 9時30分~11時30分	30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」	13日(金)、20日(金) 14時15分~16時	29年9月生まれの子と親 定30組 申し込み順	13日=これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 20日=離乳食の進め方、歯を守りましょう	
赤ちゃん教室「12か月児」	25日(水) 9時30分~11時	29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	17日(火) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分 18日(水) 9時30分~10時45分	28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	18日(水) 13時~14時30分 19日(木) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分	27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 ☎(32)6407	9日(月)、23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、予診票、パスタオル 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	
親子デンタル教室	25日(水) 13時~15時	28年10月~29年4月生まれの子と親 定30組 申し込み順	講話、ブラッシング指導 ☎母子健康手帳、歯ブラシ	23日(月)までに健康支援課へ
母親教室	①★5月9日(水) ②★5月31日(木) 13時~15時	妊娠中の方 定①20人 申し込み順	①妊娠中の栄養 ②妊娠中の歯・こどもの歯、遊ぶ場所や保育園などの情報 ☎母子健康手帳	①開催日の2日前までに健康支援課へ
ピロリ菌検査	指定する期日にピロリ菌検査同意書と検尿を各中学校へ提出	市内の中学2年生	各中学校で実施の尿検査と併せて実施。案内は各中学校から配布します ☎健康支援課 ☎(32)6407	

5歳児発達相談

☎健康支援課 ☎(32)6411

対象	案内発送予定時期	内容
平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれの子	4月2日~6月生まれ=3月末頃、7~9月生まれ=6月末頃、10~12月生まれ=9月末頃、1月~4月1日生まれ=11月末頃	誕生月前に案内を発送します。セルフチェック表でお子さまの特徴や傾向を知り、気になることがあればご連絡ください。心配なことがある方は早めにご相談ください

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

診療時間 | 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

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