

保健所の相談、検査 所 詳 苫小牧保健所 電 (34)4168

名称	とき	内容	申し込み
総合保健・医療相談	月～金曜日 ※祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
女性の健康相談	21日(火)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	
こころの健康相談	20日(月)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	7日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	予約必要
骨髄バンク登録	7日(火) 21日(火)	13時～ 30分程度 ※18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	7日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	
HIV抗体検査 (エイズ相談)	7日(火) 8日(水) 21日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	予約は 電 (35)7474

8月の献血 詳 健康支援課 電 (32)6407

3日(金)	9:30～10:50 11:30～13:00	苫小牧港開発(株)フェリーターミナル 苫小牧埠頭(株)飼料サイロ事業部
6日(月)	9:30～11:00 11:40～13:00	苫小牧港開発(株) 日軽北海道(株)
7日(火)	9:30～12:00 13:30～16:30	コープさっぽろパセオ川沿店
9日(木)	9:30～11:30 13:00～16:30	ビッグハウス光洋店 苫小牧市立病院
10日(金)	9:30～11:30 13:00～16:30	フードD365Vian店
13日(月)	9:30～12:00 13:30～16:30	ビッグハウス明徳店
14日(火)	9:30～12:00 13:30～16:30	フードD365沼ノ端店
16日(木)	9:30～11:30 13:00～16:30	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
17日(金)	9:30～11:30 13:00～14:00 14:45～16:30	のぞみコミュニティセンター マルハン苫小牧店 苫小牧澄川病院
20日(月)	9:30～11:00 12:30～14:00 14:40～16:30	苫小牧保健所 札幌トヨタ自動車(株)営業本部車両管理部 苫小牧埠頭(株)港運事業部
22日(水)	9:30～11:30 13:00～16:30	イオンモール苫小牧
30日(木)	9:30～11:00 12:30～14:30 15:15～16:30	㈱つうけん苫小牧事業所 日産サービスセンター(株)北海道支社 宅地建物取引業協会苫小牧支部(ふれんどビル前)
31日(金)	9:30～11:30 13:00～16:30	マックスパリュ新花園店

*日時などが変更になる場合があります、ご確認ください

8月は食品衛生強化月間です。食中毒に気を付けましょう

詳 苫小牧地方食品衛生協会

電 (34)4024

市環境生活課

電 (32)6333

健康 NEWS

8020表彰

80歳以上で20本以上の歯を持つ方を表彰します
 日 9月23日(日) 10時から 所 市民活動センター
 対 8月20日(月)～31日(金)に歯科医師会会員の歯科医院で検診(無料)を受けて該当となる方
 詳 健康支援課 電 (32)6407

**とまチョップポイント
プレミアムサービス**

9月23日(日)開催の健康フェスタの測定・検査をスムーズに受けられる優先券を500とまチョップポイントと引き換えに配布します
測定項目 脳年齢、お肌の水分チェック、ボディチェッカー、骨密度 ※時間などの詳細は健康支援課にお問い合わせください
応募期間 8月20日(月)～31日(金)
定 各検査5～20枚 抽選
申 住所、氏名、電話番号、年齢、カード番号(カード裏面FPから始まる番号)、希望の測定項目を記入し、はがき(必着)で 〒053-0802 弥生町2-3-1 とまチョップポイント事務局 電 (78)3500
詳 測定内容=健康支援課 電 (32)6410 ポイント付与=商業振興課 電 (32)6445

ゲートキーパー養成講座



悩んでいる人に寄り添う「ゲートキーパー」になりませんか ※受講者にはオリジナル手帳などをプレゼント
日 8月24日(金) 14時～16時 所 市民活動センター
対 こころの健康に興味があり、講座の受講歴がない方
定 40人 申し込み順
申 詳 8月1日(水)～17日(金)に電話で 健康支援課 電 (32)6410・6411

プレママくらす ママくらす

日 ①8月26日(日) ②8月31日(金) ③9月10日(月) 10時～12時(受付=9時40分)
対 ①妊娠5カ月(妊娠16週)以降の妊婦 ②③産後3～7カ月未満の母親と子ども
内 ミニ講座、相談交流会など
定 ①20人 ②③各20組
持 母子健康手帳、②抱っこひも、③ベビーオイル、バスタオル

所 住吉コミセン
申 開催日の一週間前までに 沼ノ端コミセン 電 (57)5560
詳 健康支援課 電 (32)6411 ※詳しくはHPで

**「健康経営優良法人」
認定実践セミナー**

日 8月23日(木) 14時～16時15分 所 市民会館
対 市内の事業者 **定** 120人 申し込み順
申 参加申込書を8月20日(月)までにファクスで 健康支援課 電 (32)4322
詳 東京海上日動火災保険(株)苫小牧支社 電 (33)9258 市健康支援課 電 (32)6407

がん患者交流サロン

①市立病院
日 8月2日(休) 13時30分～15時
内 がんの痛みについて
 ②王子総合病院
日 8月14日(火) 13時30分～15時
内 がん治療とリハビリテーション～家でもできる体づくり～
対 市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ)
詳 健康支援課 電 (32)6407