

## 保健所の相談、検査

【詳】 苫小牧保健所 ☎(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	19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	予約必要
こころの健康相談	18日(火)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	4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	
骨髄バンク登録	4日(火) 18日(火)	13時～30分程度 【対】18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	4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)	4日(火) 5日(水) 18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 ☎(35)7474

## 9月の献血

【詳】 健康支援課 ☎(32)6407

4日(火)	9:30～12:00	コープさっぽろ桜木店
	13:30～16:30	
12日(水)	9:30～12:00	市民活動センター
	13:30～16:30	
23日(日)	9:30～13:00	保健センター
	14:30～15:30	市民会館
27日(木)	9:30～12:00	苫小牧市役所
	13:15～16:30	
28日(金)	9:30～12:00	苫小牧市役所
	13:15～16:30	

10とまチョップポイント引換券をプレゼント!  
※日時などが変更になる場合があります、ご確認ください

## 健康 NEWS

### 母親教室

【日】①9月20日(木) ②26日(水) 13時～15時  
【所】教育・福祉センター 【対】妊娠中の方  
【内】①歯科医師、利用者支援員による講義 ②栄養士による講義  
【定】②20人 申し込み順  
【持】母子健康手帳、母子健康手帳副読本、とまっこファイル  
【申】②のみ開催日の2日前までに健康支援課へ  
【詳】健康支援課 ☎(32)6411

### がん患者交流サロン

①市立病院  
【日】9月6日(木) 13時30分～15時  
【内】女性限定交流会(アピアランスケア)  
②王子総合病院  
【日】9月11日(火) 13時30分～15時  
【内】抗がん剤治療中の生活～皮膚・爪の障害について～  
……………  
【対】市内在住のがん患者またはその家族 ①は女性のみ 直接会場へ  
【詳】健康支援課 ☎(32)6407

### ママくらす

【日】9月18日(火) 10時～12時(受付=9時40分)  
【所】のぞみコミセン  
【対】産後3～7カ月未満の母親と子ども  
【内】ママのケアとシェイプ体操、ミニ講座、相談交流会

### 救急医療教室

【日】9月7日(金) 14時から 【所】医師会館 直接会場へ  
【詳】健康支援課 ☎(32)6407

### 自殺予防普及啓発パネル展

9月10日～16日の「自殺予防週間」に伴い、普及啓発のパネル展を9月10日(月)～14日(金)に開催します。10日、14日は、先着50人限定で唾液でストレスチェックができ、こころの健康グッズもプレゼント!  
【所】市役所1階中央ロビー  
【詳】健康支援課 ☎(32)6410

### プレママわくわくセミナー ハロー赤ちゃん!

【日】9月22日(土) 13時～15時30分 【所】市民会館  
【対】妊婦の方、1歳未満の子どもを育児中の方と家族  
【内】講演「元気な赤ちゃんを産み育てるために」、JAZZコンサート、抽選会  
【定】150人 申し込み順  
【申】(公財)母子衛生研究会北海道事務局  
☎011(233)5977 ㊴http://www.mcfh.or.jp  
✉hokkaido@mcfh.info  
【詳】健康支援課 ☎(32)6411



【定】20組  
【持】母子健康手帳、お使いの抱っこひも  
【申】9月11日(火)までに 沼ノ端コミセン ☎(57)5560  
【詳】健康支援課 ☎(32)6411 詳細は㊴をご覧ください

データ更新作業により、9月29日(土)、30日(日)は証明書コンビニ交付サービスを停止します

【詳】住民課 ☎(32)6294