

## 保健所の相談、検査

所詳 苦小牧保健所 ☎(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(木)	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	20日(木)	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時から 30分程度 対18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	18日(火)	採血後、約20日後に結果をお知らせします	予約は ☎(35)7474
HIV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	

## 2月の献血

詳 健康支援課 ☎(32)6407

3日(月)	9:30～11:30	ビッグハウス明野店
4日(火)	9:30～13:00	苦小牧栗林運輸㈱
	14:30～16:30	グランドホテルニュー王子
5日(水)	9:30～11:30	イオンモール苦小牧
	12:45～16:30	
6日(木)	9:30～12:00	北海道電力㈱苦小牧支店
11日(火)	9:30～11:30	イオンモール苦小牧
	12:45～16:30	
28日(金)	9:30～11:00	札幌トヨタ自動車㈱営業本部車両管理部
	12:30～16:30	苦小牧警察署

※日時などが変更になる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPをご確認ください

### 健康 NEWS

## Mom's サロン Oasis

☎2月27日(木) 10時30分～11時30分 (受付10時15分)

所 教育・福祉センター 直接会場へ  
 対 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども  
 内 セラピューティック・ケア、おしゃべりタイムなど  
 持 母子健康手帳、バスタオル  
 詳 健康支援課 ☎(32)6411

## 「歯科健康診査」受診しましたか？

毎年「歯科健康診査」を受けて、口の健康を保ち健康寿命を延ばしましょう！受診期限は3月31日(火)までです。お早めに実施機関にご予約ください ※対象者には、受診券を発送しています。受診券を紛失した方はご連絡ください

対 後期高齢者医療制度加入者  
 持 後期高齢者医療被保険者証、受診券  
 詳 保険年金課 ☎(32)6425



## 苦小牧市生きることの包括的支援事業普及啓発事業「笑いヨガ」

ヨガの呼吸と笑いを組み合わせた体操法です  
 ☎3月7日(土) 10時～12時 (受付9時30分)

所 教育・福祉センター  
 講師 ワンネス 笑いヨガクラブ苦小牧 加藤 純子 氏  
 定 40人 申し込み順  
 持 動きやすい服装、タオル、飲み物  
 申 詳 3月4日(水)までに電話で 健康支援課  
 ☎(32)6410



## がん患者交流サロン

■市立病院  
 ☎2月17日(月) 13時30分～15時  
 内 AYA世代の交流会  
 ■王子総合病院  
 ☎2月18日(火) 13時30分～15時  
 内 治療と仕事の両立について

対 がん患者またはその家族 (直接会場へ)  
 詳 健康支援課 ☎(32)6407

## 健康体操教室

～整骨院の先生と筋トレや体操をしましょう～

☎2月12日(水)、26日(水) いずれも11時～11時45分  
 所 COCOTOMA 直接会場へ  
 対 60歳以上の方  
 詳 まちづくり推進課 ☎(32)6062

## がん検診受診費用助成の申請はお済みですか

申請期限 3月31日(火)  
 対 40～69歳の苦小牧市国民健康保険加入者  
 内 特定健診と市が実施するがん検診(胃・肺・大腸)を別々に受診した場合、申請によりがん検診費用を払い戻します。郵送での手続きをご希望の方はご連絡ください ※保険診療の場合は対象外  
 持 特定健康診査等記録票(原本)、助成対象がん検診領収書(原本)、国保世帯主の通帳・印鑑  
 所 詳 保険年金課 ☎(32)6425