



市の木の花
ハスカップ

は1月以降の実施です

健康

暮らし

税金

福祉

相談

催し・講座

スポーツ

指定管理者

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

日	分類	病・医院名	電話番号
5日(日)	内科	加藤胃腸科内科クリニック	35-2125
	外科	苦小牧東部脳神経外科	53 5000
	歯科	明野歯科クリニック	57-2654
12日(日)	内科	にっしん内科クリニック	71-1500
	外科	同樹会苦小牧病院	36-1221
	歯科	高橋歯科医院(春日町)	36-0468
19日(日)	内科	すがわら内科呼吸器科	76-7011
	外科	苦小牧日翔病院	72 7000
	歯科	高橋歯科医院(末広町)	36-0808
23日(木)	内科	さくらファミリークリニック	55-6526
	外科	とよた腎泌尿器科クリニック	31-2000
	歯科	あおぞら歯科医院	57-4618
26日(日)	内科	錦岡医院	67-0013
	外科	苦小牧消化器科外科	51 6655
	歯科	たかまつ歯科医院	57-2300
29日(水)	歯科	山岸歯科矯正歯科	53-6666
30日(木)	歯科	木の花歯科 かなもり歯科医院	71-3535 34-8888
31日(金)	内科	すえくに医院	72-8385
	外科	江夏泌尿器科医院	33-3855
	歯科	PDSアップル小児矯正歯科	35-5524
1/1(土)	内科	苦小牧澄川病院	67-3111
	外科	メモリアル整形外科	74-2111
	歯科	いずみの歯科クリニック	76-0178
2日(日)	内科	とまこまいこどもクリニック	33-1050
	外科	松沢クリニック	57-7171
	歯科	高橋歯科医院(春日町)	36-0468
3日(月)	内科	滝上循環器科内科クリニック	37-8011
	外科	とまこまい脳神経外科	75-5111
	歯科	高橋歯科医院(末広町)	36-0808
		のぞみ歯科	61-4055

ホームページでもご覧になれます
医師会 <http://www.toma-med.or.jp/>
歯科医師会 <http://www.tomashi.org/>

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2丁目 35 0001
診療科目 内科、小児科

区分	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

B C G接種(料金無料)

詳細 健康支援課 32 6407

日時	会場	対象	その他
13日(月)、27日(月) 接種開始時間 = いずれも14時～(受付 = 13時30分～14時30分)	教育・福祉センター 直接会場へ	生後3カ月以上 5カ月以下	(注)参照

(注)接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・破傷風予防接種後6日、ポリオの予防接種後27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、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

保健所の相談、検査(会場 = 保健所)

詳細 苦小牧保健所 34 4168

名称	日時	内容	申し込み
精神保健相談	2日(木)	専門職員の面接相談	
思春期精神保健相談	13日(月)		
女性の健康相談	毎月19日(土・日曜日、祝日の場合は次の平日)	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
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
肝炎ウイルス検査	1日(水)	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	1日(水)、13日(月)	13時から30分程度 対象 = 18歳以上54歳以下	
H I V抗体検査	1日(水)、6日(月)、7日(火)、13日(月) 6日(月)、7日(火)は12月1日の「世界エイズデー」の一環で9時から19時まで日中・夜間エイズ検査を実施します	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

保健センターの健康診断(会場 = 保健センター)

詳細 保健センター 35 0001

名称	期日・時間	料金	対象	内容	その他
生活習慣病予防相談	随時受付		市民	保健師による健康相談	事前連絡必要
食生活相談	13日(月) 受付 = 13時30分～14時30分	無料	市民	栄養士による食事相談	事前予約必要
総合健康診断	月～金曜日(祝日を除く) 受付 = 8時～	21,735円(本市国保加入者20,160円)	希望者	医療コンピューターによる検査	
特定健診など(生活機能評価含む)	2日(木)、9日(木)、21日(火)	加入保険により異なります	該当者	血液検査など(注)参照	

(注)上記「特定健診など」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください

A E D(自動体外式除細動器)無料貸し出し

市内で行われる各種イベント、スポーツ大会などに貸し出します。貸出日の1カ月前までに予約が必要。ただし、医療従事者または心肺蘇生講習会受講者が帯同することが要件です

料金 無料(ただし、使用した消耗品などは借り受け者が負担)
詳細 保健センター 35 0001

広告

健康相談、健康教室(料金無料)

詳細 健康支援課 32 6410

名称	会場・日時	内容	その他
市民健康相談	市役所2階談話室 6日(月) 9時30分～11時30分	体脂肪・血圧測定、保健指導、栄養相談	直接会場へ
市民健康教室	教育・福祉センター 16日(木) 13時～	株式会社アパス社長による「薬について」の講演(1時間) 保健師の健康指導と血圧測定	直接会場へ
40歳からの栄養相談	教育・福祉センター 8日(水) = 9時30分～11時30分 21日(火) = 13時30分～16時30分	体脂肪・筋肉量・血圧測定、メタボリックシンドロームを予防する食生活のポイント、カロリー計算などの栄養相談(1人45分程度)	前日までに健康支援課へ(申し込み順)

赤ちゃんのための健診・教室(会場 = 教育・福祉センター、料金無料)

詳細 健康支援課 32 6411

名称	期日・時間	対象	内容	その他
パパママ教室	19日(日) 10時～12時	妊娠4～7カ月の初妊婦とその夫 30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	9日(木)、10日(金)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	21日(火) 9時30分～11時30分	22年10月生まれの子と親	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	
赤ちゃん教室「7か月児」	6日(月)、10日(金) いずれも14時15分～16時	22年5月生まれの子と親 2日間とも出席できる方	6日 = 赤ちゃんとの遊ぶ、発達を考える、母親交流会 10日 = 離乳食の進め方、歯を守る	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「12か月児」	9日(木) 9時30分～11時	21年12月生まれの子と親	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	14日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 15日(水) 9時30分～10時45分	21年5月生まれの子(2歳未満の未受診児も可)		心身の発達状況の確認 対象者に通知
「3歳児」健康診査	15日(水) 13時～14時30分 16日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	19年11月生まれの子(4歳未満の未受診児も可)		

がん検診

詳細 健康支援課 32 6407・32 6410 保健センター 35 0001

会場	実施がん検診	日時	定員	申し込み	
北海道対がん協会	子宮・乳 胃・肺・大腸	2月19日(土) 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	50人	17日(金)～1月20日(木)に健康支援課へ(申し込み順) 国保特定健診なども同日受診可能	
保健センター	乳・子宮 乳	対象者は検診により異なりますので下表で確認してください	1月22日(土) 8時～9時、12時30分～13時30分	乳 = 各35人 子宮 = 各100人	20日(月)から健康支援課へ(申し込み順)
		8日(水)、9日(木) 1月12日(水)、13日(木) いずれも13時～14時	各25人		
		2日(木)、21日(火) 1月14日(金) いずれも8時～10時30分	胃・肺のみ = 各30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)	
		10日(金) ① = 8時～10時 ② = 7時30分～9時 13日(月) ③ = 7時30分～8時30分、9時30分～10時30分	胃・肺のみ ①② = 各30人 ③ = 各25人		

検診名	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん①	子宮頸がん①	子宮体部がん	乳がん② 無料クーポン	子宮頸がん② 無料クーポン
対象	22年4月1日から23年3月31日までに以下の年齢になる方(子宮・乳がんは偶数歳になる方)						22年4月1日時点で40、45、50、55、60歳であった方	22年4月1日時点で20、25、30、35、40歳であった方
内容	レントゲン撮影	問診と便潜血検査	マンモグラフィ(X線)と触診による検査	頭部(けい)CT検査	胸部細胞診検査	体部細胞診検査	子宮頸・乳がん検診は、同一年度内に①か②のどちらか一方しか受診できません	
料金	1,500円	200円 (かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円	1,700円	1,000円	700円	無料
無料の方	●生活保護を受けている世帯の方 ●市民税が掛かっていない世帯(印鑑を持参し、健康支援課、勇払・のぞみ出張所で事前申請必要)の方 ●受診時に70歳以上の方(保険証・免許証など年齢がわかるものをお持ちください) ●一定の障がいがある65歳～69歳の方で、「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方							

がん検診は市内医療機関でも実施しています。平成22年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください

PET/CTがん検診	3時間程度で全身のがんの検出、転移、再発の有無を検査 極めて小さながんや胃・腎臓・ぼうこうなどのがんは発見できない場合もあります	料金 92,000円 予約必要
詳細 市立病院 84 0158		