



市の木の花
ハスカップ

は10月の実施です

- 健康
- 暮らし
- 税金
- 福祉
- 相談
- 催し講座
- スポーツ

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	苫都病院	34-2135
	外科	山下医院	72-8828
	歯科	カワモト歯科	57-5100
12日(日)	内科	方安庵青雲町クリニック	61-5555
	外科	同樹会苫小牧病院	36-1221
	歯科	かんの歯科医院	33-0432
19日(日)	内科	みなかみ医院	32-2335
	外科	苫小牧日翔病院	72 7000
	歯科	岸田歯科医院	35-6460
20日(月)	内科	三好内科胃腸科クリニック	75-7711
	外科	江夏泌尿器科医院	33-3855
	歯科	木村歯科	71-2221
23日(木)	内科	藤田医院	72-8105
	外科	三上外科整形外科	33 7815
	歯科	くまざわ歯科医院	61-7711
26日(日)	内科	苫小牧消化器科外科	51-6655
	外科	とまこまい脳神経外科	75-5111
	歯科	玄間歯科医院	73-8823
10/3(日)	内科	浪岡内科消化器科クリニック	51-2811
	外科	ともより整形外科	57 8211
	歯科	斉藤歯科医院	72-5628

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

BCG接種(料金無料)			
日時	会場	対象	その他
13日(月)、27日(月)、10月4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)			
名称	日時	内容	申し込み
精神保健相談	7日(火)	専門職員の面接相談	
思春期精神保健相談	9日(木)		
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	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)、28日(火)	13時から30分程度 対象=18歳以上54歳以下	
HIV抗体検査	7日(火)、8日(水)、27日(月)、28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

保健センターの健康診断(会場=保健センター)					
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	無料	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	事前予約必要
特定健診など(生活機能評価含む)	2日(木)、9日(木)、17日(金)、10月1日(金)	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

救急医療教室	
とき	9月9日(木) 14時～
ところ	苫小牧市医師会(旭町2丁目) 直接会場へ
内容	「救命の連鎖と脳卒中の連鎖 ～使おうAED 防げ覆たきり～」の講演と実技指導
料金	無料
詳細	苫小牧市医師会 ☎33 4720 市健康支援課 ☎32 6407

健康相談、健康教室(料金無料)			
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)、10月4日(月) いずれも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
駅前健康相談	e g a o 6階 24日(金) 13時30分～15時	体脂肪・筋肉量・血圧・血流測定、保健指導、栄養相談	直接会場へ(定員=20人)
市民健康教室	アイビー・プラザ 16日(木) 13時～	苫小牧保健センター医師による「がんから身を守るために」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	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)				
名称	期日・時間	対象	内容	その他
母親教室	10月1日(金)、14日(木)、29日(金) いずれも13時～15時	妊娠4～7カ月の方	1日=妊娠中の保健と栄養 14日=赤ちゃんといっしょに歯の話 29日=お産の準備	母子健康手帳を持参し直接会場へ
赤ちゃん教室「2か月児」	30日(木) 9時30分～11時30分	22年7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2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9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2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8月生まれの子(4歳未満の未受診児も可)		

がん検診				
会場	実施がん検診	日時	定員	申し込み
保健センター	乳	8日(水)、9日(木) いずれも13時～14時	各25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)
	胃・肺・大腸	2日(木)、17日(金)、10月1日(金) いずれも8時～10時30分	胃・肺のみ=各30人	
8日(水)		7時～8時、9時～10時	胃・肺のみ=各25人	
14日(火)			胃・肺のみ=各25人	
新明町総合福祉会館		15日(水) 7時30分～9時	胃・肺のみ=各30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歳だった方	22年4月1日時点で20、25、30、35、40歳だった方
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	頸部(けい)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

P E T / C T 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		

広告