

11月の休日当番病・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
2日(日)	内科	苫小牧病院	72-1201
	外科	勤医協苫小牧病院	72-3151
	歯科	江畑歯科クリニック	33-3999
3日(月)	内科	とまこまいこどもクリニック	33-1050
	外科	K&Aクリニック	71-2000
	歯科	大原歯科医院	74-0830
9日(日)	内科	さくらファミリークリニック	55-6526
	外科	同樹会苫小牧病院	36-1221
	歯科	尾形歯科医院	36-5984
16日(日)	内科	沖医院	32-8870
	外科	苫小牧日翔病院	72-7000
	歯科	沖歯科医院	72-8558
23日(日)	内科	やまざきこども医院	75-1133
	外科	わだ脳神経外科クリニック	37-3711
	歯科	おくやま歯科医院	67-1184
24日(月)	内科	たかやなぎ小児科	71-2115
	外科	メモリアル整形外科	74-2111
	歯科	大町歯科加藤医院	32-2209
30日(日)	内科	柴田内科循環器科	71-2225
	外科	ともより整形外科	57-8211
	歯科	かんの歯科医院	33-0432

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/>
 詳細 市健康支援課 ☎32-6407

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

●BCG接種(料金無料)

詳細:健康支援課 ☎32-6407

日時	会場	対象	その他
10日(月)、17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3階 直接会場へ	生後3カ月~1歳に 至るまでの乳児	(注)参照

(注) 1. 標準的な接種年齢は生後5カ月~8カ月
 2. 接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風・ヒブ・小児用肺炎球菌予防接種後6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、予防票、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・詳細:苫小牧保健所 ☎34-4168

名称	日時	内容	申し込み
精神保健相談	4日(火)	専門職員の面接相談	予約必要
思春期精神保健相談	13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	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	予約必要
骨髄バンク登録	4日(火)、18日(火)	13時~30分程度 対象=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	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

●保健センターの健康診断

会場・詳細:保健センター ☎35-0001

名称	日時	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 栄養士による食事相談	事前連絡必要
食生活相談	12日(水) 13時30分~14時30分				
総合健康診断(短期人間ドック)	月~金曜日(祝日を除く) 受付=8時~	22,355円(本市国保加入者 20,735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(後期高齢者健診生活機能評価)	5日(水)、11日(火)、21日(金) ★12月1日(月)=8時~10時30分	加入保険により異なります	該当者 定員=各40人	血液検査など	(注)参照

(注)「特定健診・後期高齢者健診・生活機能評価」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。土日・夜間の特定健診は申込人数により中止になる場合もあります

●お家でらくらく貯筋・ノルディックウォーキング

詳細:健康支援課 ☎32-6410

家でもできる運動とノルディックウォーキングの実践

日時	場所	対象	定員	申し込み
11月25日(火) 計2回 ★12月2日(火) 計2回 いずれも10時~12時	総合体育館	30~69歳	20人 申し込み順	11月4日(火)~18日(火) (土・日曜日を除く) に電話またはHPで

●AED(自動体外式除細動器)無料貸し出し

詳細:保健センター ☎35-0001

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)

すこやかさん こんにちは!



子育て支援センターにて

あかりちゃん(8カ月)

ママえほんで♪

11月の献血

日	時間	場所	日	時間	場所
7日(金)	10:00~11:30	サンガーデン	18日(火)	10:00~11:30	㈱モロオ苫小牧営業所
	13:00~16:00	王子総合病院		13:00~16:00	勤医協苫小牧病院
10日(月)	9:30~11:30	苫小牧消防署	26日(水)	10:00~11:30	㈱つうけん苫小牧支店
	12:00~12:45	㈱松本鐵工所		13:00~16:00	同樹会苫小牧病院
	14:15~16:00	㈱カナモト苫小牧営業所	27日(木)	10:00~13:00	苫小牧栗林運輸(株)
10:30~12:30		14:40~16:00		青葉病院	
11日(火)	13:45~16:30	苫小牧工業高等専門学校	28日(金)	10:00~12:00	フードオアシス
	10:00~11:45			13:30~16:00	苫小牧東病院
12日(水)	10:00~11:45	イオンモール苫小牧	☎ 市献血推進協議会(社会福祉協議会) ☎ 32-7111		
	13:00~16:00		市健康支援課 ☎ 32-6407		
14日(金)	10:00~13:00	北海道電力(株)苫小牧支店			
	14:30~16:00	苫小牧道路事務所			