

健康ガイド



4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

3日(日)
内科 桜木ファミリークリニック
TEL (71) 2351
外科 みらい整形ペインクリニック
TEL (53) 7100
歯科 あおば歯科
TEL (74) 8888

10日(日)
内科 柴田内科循環器科
TEL (71) 2225
外科 同樹会苦小牧病院
TEL (36) 1221
歯科 清水歯科医院
TEL (32) 2398

17日(日)
内科 浪岡内科消化器科クリニック
TEL (51) 2811
外科 苦小牧日翔病院
TEL (72) 7000
歯科 関歯科医院
TEL (32) 6400

24日(日)
内科 とまこまいこどもクリニック
TEL (33) 1050
外科 アーク整形外科クリニック
TEL (68) 6111
歯科 袖井歯科医院
TEL (74) 6800

29日(金)
内科 いちむら小児科医院
TEL (67) 1111
外科 苦小牧泌尿器科・循環器内科
TEL (57) 0455
歯科 土上歯科医院 TEL (34) 3883
すずらんファミリー歯科 TEL (74) 1018

5月1日(日)
内科 すがわら内科呼吸器科
TEL (76) 7011
外科 三上外科整形外科
TEL (33) 7815
歯科 高橋歯科医院
TEL (36) 0808

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 TEL (32) 6407

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2-9-2 TEL (32) 0099
診療科目 内科、小児科
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

赤ちゃんのための健診・教室

所 教育・福祉センター3階
健康支援課 TEL (32) 6411

名 称	と き	対 象	内 容	その他
パパママ教室	24日(日) 10時～12時	妊娠 4 ～ 8 カ月の 初妊婦とその夫 定 36組 抽選	もくろ実習、お父さん の妊婦体験(Tシャツ 着用)、ビデオ学習	7 日(休)、8 日(金) に健康支援課へ
赤ちゃん教室 「2 か月児」	28日(木) 9 時30分～11時30分	28年 2 月生まれの子と親 定 40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃん の育ち方、母親交流会	開催日の 2 日 前までに健康 支援課へ
赤ちゃん教室 「7 か月児」	15日(金)、22日(金) 14時15分～16時	27年 9 月生まれの子と親 2 日間とも出席できる方 定 30組 申し込み順	15日＝赤ちゃんと遊ぶ、発 達を考える、母親交流会 22日＝離乳食の進め方、歯 を守る	
赤ちゃん教室 「12か月児」	14日(木) 9 時30分～11時	27年 4 月生まれの子と親 定 30組 申し込み順	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	19日(火) ① 9 時30分～10時45分 ②13時～14時30分 20日(水) 9 時30分～10時45分	26年 9 月生まれの 子 (2 歳未満の未 受診児についても ご相談ください)	心身の発達状況の 確認	対象者に通知
「3 歳児」 健康診査	20日(水) 13時～14時30分 21日(木) ① 9 時30分～10時45分 ②13時～14時30分	25年 3 月生まれの 子 (4 歳未満の未 受診児についても ご相談ください)		
BCG接種 画 (32) 6407	11日(月)、25日(月) 接種開始時間＝いず れも14時～ (受付＝13時30分～ 14時30分) 直接会場へ	生後 3 カ月～1 歳 に至るまでの乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後 5 ～ 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 画 母子健康手帳、予診票、バスタオル 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	

市民健康教室

健康支援課 TEL (32) 6407

とき	ところ	内容	申し込み
14日(木) 13時～	西町総合福祉会館	苦小牧市呼吸器内科クリニック院長による「タバコ と生活習慣病～肺が危ない! COPD(慢性閉塞性肺 疾患)～」の講演、保健師による健康指導と血圧測定	直接会場へ

エキノコックス症検診

健康支援課 TEL (32) 6407

とき	ところ	対象	検査方法
22日(金) 10時45分～11時15分	保健センター 直接会場へ	小学3年生以上で、過去5年間 検診を受診していない方	採血による血清検査

- 救急時、受診先が分からないときは 「北海道救急医療・広域災害情報システム」
TEL 0120(20)8699、携帯電話・PHSの方はTEL 011(221)8699
- 夜間子どもが急病にかかったとき 「小児救急電話相談」
TEL #8000またはTEL 011(232)1599

4月の献血

4日(月) 10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苦小牧	20日(水) 10:00～11:30 13:00～14:30 15:00～16:00	菱中建設(株)苦小牧本店 (株)つうけん苦小牧支店 苦小牧道路事務所
6日(水) 10:00～11:30 13:15～16:00	フードDオアシス 苦小牧東病院	26日(火) 10:00～11:30 13:00～14:00 14:40～16:00	NTT東日本-北海道苦小牧支店 苦小牧埠頭(株)ハーバービル 青葉病院
7日(木) 10:00～12:00 13:30～16:00	ネットトヨタ苦小牧(株)本社 同樹会苦小牧病院	27日(水) 10:00～11:40 13:30～16:00	トライアル苦小牧店 道央佐藤病院
8日(金) 10:00～11:15 12:15～13:15 14:30～16:00	ビッグハウス明野店 植苗病院 緑星の里	28日(木) 10:00～11:45 13:00～16:00	イオンモール苦小牧
12日(火) 10:00～12:30 14:00～16:00	日産サービスセンター(株)北海道支社 (株)カナモト苦小牧営業所	※日時が変更する場合があります、ご確認ください	

市献血推進協議会(社会福祉協議会)
TEL (32) 7111、市健康支援課 TEL (32) 6407