

# 健康ガイド



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
母親教室	7日(休)、8日(休)、20日(火) 13時～15時 21日(水) 10時～12時30分 29日(木) 10時30分～11時30分	妊娠4～8カ月の方 (妊娠12～32週未満の方)	7日=妊娠中の栄養 8日=赤ちゃんとの生活 20日=呼吸法、妊婦体操実技 21日=調理実習 29日=座談会、交流会	母子健康手帳を持参し、直接会場へ ※21日は7日の受講者が対象
赤ちゃん教室「2か月児」	29日(木) 9時30分～11時30分	29年4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」	9日(金)、16日(金) 14時15分～16時	28年11月生まれの子と親 定30組 申し込み順	9日=これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊ぼう 16日=離乳食の進め方、歯を守りましょう	
赤ちゃん教室「12か月児」	8日(木) 9時30分～11時	28年6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	13日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 14日(水) 9時30分～10時45分	27年11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	14日(水) 13時～14時30分 15日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	26年5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 TEL(32)6407	5日(月)、26日(月) 接種開始時間=いずれも14時から(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 ※母子健康手帳、予防票、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	

## 6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

4日(日)	内科	合田内科小児科医院 TEL(33)9208
	外科	勤医協苦小牧病院 TEL(72)3151
	歯科	たかまつ歯科医院 TEL(57)2300

11日(日)	内科	にしん内科クリニック TEL(71)1500
	外科	同樹会苦小牧病院 TEL(36)1221
	歯科	田村歯科医院 TEL(72)2308

18日(日)	内科	苦小牧東病院 TEL(55)8811
	外科	苦小牧日翔病院 TEL(72)7000
	歯科	田中歯科医院 TEL(76)0056

25日(日)	内科	たかぎ内科・循環器内科 TEL(53)7700
	外科	とまこまい脳神経外科 TEL(75)5111
	歯科	アップル小児矯正歯科 TEL(35)5524

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 TEL(32)6407

市民健康教室 ※10とまチョップポイント		健康支援課 TEL(32)6407	
とき	ところ	内容	申し込み
8日(木) 13時から	アイビー・プラザ	とまこまい北星クリニック院長による「やせと肥満、どっちが長生き？」の講演、保健師による健康講話と血圧測定	直接会場へ

対がん協会のがん検診 ※100とまチョップポイント		健康支援課 TEL(32)6407		
実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	★7月15日(出) 受付場所・時間 市役所1階ロビー=7時～7時25分、沼ノ端コミセン=7時30分～7時50分 ※札幌の会場まで無料バスで送迎	北海道対がん協会	50人	12日(月)～23日(金)に健康支援課へ(申し込み順)

## 子宮頸がん・乳がん・肝炎ウイルス検診を受けましょう

健康支援課 TEL(32)6407

対象者にがん検診無料クーポン・肝炎ウイルス検診無料クーポン券を6月上旬に送付しますので、ご利用ください  
※1つの検診受診につき、とまチョップポイント100ポイント

## 6月の献血

健康支援課 TEL(32)6407

1日(木)	10:00～11:30 13:00～16:00	イオンモール苦小牧	16日(金)	10:00～13:00	㈱日邦バルブ
5日(月)	12:30～13:30	㈱イワクラ	19日(月)	13:00～16:00	苦小牧警察署
15日(木)	10:00～12:50 14:40～16:00	苦小牧信用金庫本店 JX金属苦小牧ケミカル㈱	※日時が変更になる場合があります、ご確認ください		

- 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」  
TEL0120(20)8699、携帯電話・PHSの方はTEL011(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TEL011(232)1599