

健康ガイド



3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

ホームページでもご覧になれます

健康支援課 TEL(32)6407

3/1

日

内科 苫小牧消化器外科

TEL(51)6655

外科

苫小牧消化器外科

TEL(51)6655

歯科

阿部歯科医院

TEL(31)4618

3/8

日

内科 うとないキッズクリニック

TEL(53)8080

外科

同樹会苫小牧病院

TEL(36)1221

歯科

沖歯科医院

TEL(72)8558

3/15

日

内科 横山内科消化器科

TEL(74)0011

外科

苫小牧日翔病院

TEL(72)7000

歯科

大町歯科加藤医院

TEL(32)2209

3/20

金

内科 勤医協苫小牧病院

TEL(72)3151

外科

とまこまい脳神経外科

TEL(75)5111

歯科

いずみの歯科クリニック

TEL(76)0178

3/22

日

内科 すがわら内科呼吸器科

TEL(76)7011

外科

苫小牧東部脳神経外科

TEL(53)5000

歯科

かなもり歯科医院

TEL(34)8888

3/29

日

内科 さくらファミリークリニック

TEL(55)6526

外科

にっしん泌尿器科クリニック

TEL(71)1100

歯科

ときわ歯科クリニック

TEL(68)1182

子どものための健診・教室

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
赤ちゃん教室 「2か月児」	19日(木) 9時30分～11時30分	令和2年1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、簡単ストレッチ	
赤ちゃん教室 「7か月児」	6日(金)、27日(金) 14時15分～16時	令和元年8月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	6日＝これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 27日＝離乳の進め方、お口のケアと相談タイム	開催日の2日前までに健康支援課へ ※対象月を過ぎたお子さんについてはご相談ください
赤ちゃん教室 「12か月児」	25日(水) 9時30分～11時	31年3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	10日(火) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分 11日(水) 9時30分～10時45分	30年8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	11日(水) 13時～14時30分 12日(木) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分	29年2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	2日(月)、16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	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 持母子健康手帳、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	

市民健康教室

100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	その他
5日(木) 13時から	医師会館	加齢に伴う眼疾患 ※ヘルシーメニューの試食あり(80食限定)	直接会場へ

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

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

☎「子ども医療電話相談」

TEL#8000またはTEL011(232)1599

とまこまい医療介護連携センター

☎「医療と介護の相談窓口」

TEL(37)0177