

健康ガイド



7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

7/5
日

- 内科 勤医協苫小牧病院
TEL (72)3151
- 外科 苫小牧東部脳神経外科
TEL (53)5000
- 歯科 あおば歯科
TEL (74)8888

7/12
日

- 内科 おおはた内科循環器クリニック
TEL (38)8500
- 外科 同樹会苫小牧病院
TEL (36)1221
- 歯科 関歯科医院
TEL (32)6400

7/19
日

- 内科 とまこまいこどもクリニック
TEL (33)1050
- 外科 苫小牧日翔病院
TEL (72)7000
- 歯科 袖井歯科医院
TEL (74)6800

7/23
木

- 内科 やまざきこども医院
TEL (75)1133
- 外科 ハート整形ペインクリニック
TEL (38)7000
- 歯科 明野歯科クリニック
TEL (57)2654

7/24
金

- 内科 苫小牧病院
TEL (72)1201
- 外科 とよた腎泌尿器科クリニック
TEL (31)2000
- 歯科 くまざわ歯科医院
TEL (61)7711

7/26
日

- 内科 たかぎ内科・循環器内科
TEL (53)7700
- 外科 アーク整形外科クリニック
TEL (68)6111
- 歯科 あおぞら歯科医院
TEL (57)4618

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」	30日(休) 9時30分～10時30分	令和2年5月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室 「6・7か月児」	10日(金)、31日(金) 14時15分～15時15分	令和元年12月・令和2年1月生まれの子*と親 定20組 申し込み順	10日＝これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 31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 ※いずれかの対象月齢でご参加ください
赤ちゃん教室 「11・12か月児」	29日(休) 9時30分～10時30分	令和元年7・8月生まれの子*と親 定20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	14日(火) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分 15日(水) 9時30分～10時45分	平成30年12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	15日(水) 13時～14時30分 16日(木) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分	平成29年6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	6日(月)、21日(火) 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か月 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

300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
9日(休) 13時から	住吉コミュニティセンター	知っておきたい「薬」の話	直接会場へ

対がん協会のがん検診

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	8月実施なし			

※各種教室や健(検)診は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止、延期、内容変更となる場合がありますので、市HPや保健センターHPなどで必ず最新情報をご確認のうえ、参加してください。

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」
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
☎「子ども医療電話相談」
TEL #8000またはTEL 011 (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