

## 保健所の相談、検査

所詳 苫小牧保健所 ☎(34)4168

| 名称               | とき                                 | 内容                            | 申し込み             |
|------------------|------------------------------------|-------------------------------|------------------|
| 総合保健・医療相談        | 月～金曜日<br>※祝日を除く                    | 医療に関する相談や苦情を受け付け、解決方法について助言   | 随時受付             |
| 女性の健康相談          | 21日(月)                             | 妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談   |                  |
| こころの健康相談         | 14日(月)                             | 専門職員による面接相談                   |                  |
| 肝炎ウイルス検査         | 1日(火)<br>令和3年<br>1月5日(火)           | 感染が疑われる方は無料<br>※詳細はお問い合わせください | 予約必要             |
| 骨髄バンク登録          | 1日(火)<br>15日(火)<br>令和3年<br>1月5日(火) | 13時から 30分程度<br>☑18歳以上54歳以下    |                  |
| HTLV-1抗体検査       | 15日(火)                             | 採血後、約20日後に結果をお知らせします。         |                  |
| HIV検査<br>(エイズ相談) | 1日(火)<br>15日(火)<br>令和3年<br>1月5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<br>☎(35)7474 |

## 12月の献血

詳 健康支援課 ☎(32)6407

|        |             |                      |
|--------|-------------|----------------------|
| 3日(水)  | 11:45～13:00 | 苫小牧埠頭(株)飼料サイロ事業部     |
|        | 9:30～11:00  | 札幌トヨタ自動車(株)営業本部車両管理部 |
| 11日(金) | 11:30～13:30 | ネットトヨタ苫小牧(株)キテネット館   |
|        | 15:00～16:30 | 苫小牧港開発(株) 本社ビル前      |
| 14日(月) | 9:30～11:00  | 苫小牧埠頭(株)港運事業部        |
|        | 11:45～13:00 | 苫小牧栗林運輸(株)           |
| 16日(水) | 14:45～17:00 | 苫小牧東病院               |
|        | 9:00～11:00  | 苫小牧地区自動車整備協同組合       |
| 17日(木) | 11:30～13:30 | トヨタカローラ苫小牧(株)        |
|        | 15:15～16:30 | 勤医協苫小牧病院             |
| 21日(日) | 9:30～12:30  | (株)ケーエス              |
|        | 14:00～16:30 | 同樹会苫小牧病院             |
| 21日(日) | 9:15～11:15  | (株)苫東                |

※日時等が変更となる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターのHPでご確認ください。  
(問合せ先) 北海道赤十字血液センター苫小牧出張所 ☎(61)1715

### 健康 NEWS

## Mom's サロン Oasis

☎12月24日(木) 10時30分～11時15分(受付10時15分)

所 教育・福祉センター 直接会場へ

対 妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども

内 おしゃべりタイム、個別相談

持 母子健康手帳、バスタオル

詳 健康支援課 ☎(32)6411

## 5歳児発達相談について

セルフチェック表でお子さんの特徴や傾向を知り、気になることがあればご相談ください。心配なことがある方は早めにご相談ください

対 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの子(案内は発送済み)

詳 健康支援課 ☎(32)6411

## 親子デンタル教室

☎12月23日(水) 13時～14時(受付12時50分まで)

所 教育・福祉センター

対 令和元年6月～令和元年12月生まれの子と親

内 歯科医師による講演、ブラッシング指導

定 20組 申し込み順

持 母子健康手帳

申詳 12月21日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

## ほっかいどう健康づくりツイッター

北海道では道民の健康づくりに有益な情報を、SNSを利用する幅広い世代に発信するため、令和2年4月からツイッターアカウント「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しました

詳 健康支援課 ☎(32)6407



## 子育て応援教室 おとうさんといっしょ！

☎令和3年1月17日(日) 10時～11時10分

所 教育・福祉センター

対 令和元年6月18日～令和2年9月17日生まれの子どもと父親

内 子どもとの遊び方、読み聞かせなど

定 20組 申し込み順

持 父子健康手帳、おしぼり、オムツ・ミルク(必要な方のみ)

申詳 12月7日(月)から電話で 健康支援課 ☎(32)6411

## みんなで守ろう！こころの健康 ～こころの不調に気づき、つなぎ、支えあう～ (ゲートキーパー養成講座)

悩んでいる人に寄り添う「ゲートキーパー」になりませんか ※受講者にはオリジナルゲートキーパーグッズなどをプレゼント

☎12月18日(金) 14時～15時30分(受付13時30分)

所 市民活動センター

対 受講歴がない方

定 25人 申し込み順

申詳 12月1日(火)～17日(木)に電話で 健康支援課 ☎(32)6410

## こころの相談日

☎①12月2日(水) ②令和3年1月6日(水) 9時～16時

対 こころの悩みを抱えるご本人やご家族

内 コロナ禍で気分が落ち込む、不安が強いなどこころの不調を感じていませんか？一人で抱え込まず、ぜひご相談ください

所申詳 ②12月28日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410