

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 ※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	19日(金)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必要
こころの健康相談	18日(木)	専門職員による面接相談	
肝炎ウイルス検査	2日(火)	感染が疑われる方は無料 ※詳細はお問い合わせください	
骨髄バンク登録	2日(火) 16日(火)	13時から 30分程度 ☎18歳以上54歳以下	予約は ☎(35)7474
HIV検査 (エイズ相談)	2日(火) 16日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	

2月の献血

詳 健康支援課 ☎(32)6407

2日(火)	10:00～12:00	マックスパリュ弥生店
	13:45～17:00	苫小牧日翔病院
3日(水)	9:30～11:00	苫小牧法務総合庁舎
	11:45～13:15	日本軽金属(株)苫小牧製造所
4日(木)	15:00～16:30	JX金属苫小牧ケミカル(株)
	9:30～11:00	日胆農業会館
8日(月)	12:45～16:30	苫小牧警察署
	9:30～12:00	マックスパリュ澄川町店
9日(火)	14:00～16:30	苫小牧港湾合同庁舎
	9:30～12:30	イオンモール苫小牧
10日(水)	13:45～16:00	
	9:30～11:30	日産サービスセンター(株)北海道支社
11日(木)	13:30～16:30	マックスパリュ新花園店
	9:00～12:00	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
	13:30～16:30	

※日時など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

臓器移植について

臓器移植は、広く社会の理解と支援があって成り立つ医療です。一人でも多くの方々に理解を深めていただき、臓器提供に関する意思表示をしてもらうことが重要です。ご理解とご協力をお願いします

詳 健康支援課 ☎(32)6407

パパママ教室

☎2月21日(日) 10時～11時30分 (受付9時30分)

所 教育・福祉センター

対 妊娠4～9カ月の初妊婦(出産予定日が令和3年3月22日～9月5日の方)とその夫またはパートナー

内 沐浴の方法、妊婦体験、妊娠中の栄養について

定 30組 抽選

持 母子健康手帳・父子健康手帳(カメラ・ビデオでの撮影可)

申 詳 2月1日(月)～5日(金)に電話で 健康支援課 ☎(32)6411・6410

親子デンタル教室

☎2月24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8月～令和2年2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 2月22日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

ゲートキーパー養成講座 フォローアップ研修



～つなごう!こころのネットワーク～

☎2月25日(木) 14時～15時30分 (受付13時30分)

所 市民会館

対 ゲートキーパー養成講座の受講歴がある方

内 最新の自殺の動向やこころの健康に関する講座

講師 苫小牧緑ヶ丘病院 心理療法士 高橋朋康(たかはしともやす)氏

定 70人 申し込み順

持 ゲートキーパー手帳

申 詳 前日までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411

こころの相談日

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

☎①2月3日(水) ②3月3日(水) 9時～16時

対 こころの悩みを抱えるご本人やご家族

所 申 詳 ②2月26日(金)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6410

Mom's サロン Oasis

☎2月25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