

## 保健所の相談、検査

☎詳 苫小牧保健所 ☎(34)4168

| 名称               | とき              | 内容                            | 申し込み             |
|------------------|-----------------|-------------------------------|------------------|
| 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          | 19日(木)          | 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         | 19日(木)          | 専門職員による面接相談                   |                  |
| 肝炎ウイルス検査         | 3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 |                  |
| 骨髄バンク登録          | 3日(火)<br>17日(火) | 13時から 30分程度<br>☎18～54歳        |                  |
| HTLV-1抗体検査       | 17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) | 3日(火)<br>17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 |

## 8月の献血

☎健康支援課 ☎(32)6407

|        |             |                  |
|--------|-------------|------------------|
| 3日(火)  | 14:30～16:30 | 王子総合病院 (夜間救急玄関前) |
| 5日(木)  | 15:00～16:30 | 旭新運輸株            |
| 10日(火) | 9:30～12:30  | イオンモール苫小牧        |
|        | 14:00～16:30 |                  |
| 11日(水) | 9:30～13:30  | MEGAドン・キホーテ苫小牧店  |
|        | 15:30～16:30 | 苫小牧澄川病院          |
| 12日(木) | 9:30～12:30  | イオンモール苫小牧        |
|        | 14:00～16:30 |                  |
| 14日(土) | 9:00～12:30  | MEGAドン・キホーテ苫小牧店  |
|        | 14:00～16:30 |                  |
| 17日(火) | 9:30～11:00  | 苫小牧港湾合同庁舎        |
|        | 11:30～12:30 | 苫小牧埠頭株ハーバーFビル    |
|        | 14:00～16:30 | 同樹会苫小牧病院         |
| 18日(水) | 9:30～11:00  | 苫小牧港開発株本社ビル前     |
|        | 11:45～13:15 | ネットトヨタ苫小牧株キテネット館 |
| 30日(金) | 9:30～12:00  | のぞみコミセン          |
|        | 13:30～16:30 | ビッグハウス明德店        |

※日時などが変更に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HPでご確認ください  
(問い合わせ先)北海道赤十字血液センター苫小牧出張所 ☎(61)1715

## 今月の健康NEWS

### Mom'sサロンOasis

☎8月26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  
☎おしゃべりタイムや個別相談(予定)  
持 母子健康手帳、バスタオル  
詳 健康支援課 ☎(32)6411

### 親子デンタル教室

☎8月25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2年2～8月生まれの子どもと保護者  
☎歯科医師による講演「虫歯にならないための子育てを考えよう」、ブラッシング指導  
定 20組 申し込み順  
持 母子健康手帳  
☎詳 8月23日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)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  
☎①8月4日(水) ②9月1日(水) いずれも9時～16時  
対 こころの悩みを抱えるご本人やご家族  
所 ☎詳 ①7月30日(金) ②8月27日(金)までに電話で健康支援課 ☎(32)6410

### 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)

大切な人の命を守る「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をプレゼント!



☎8月27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  
☎詳 8月2日(月)～16日(月)に電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411

### パパママ教室

☎8月22日(日) 10時～11時30分(受付=9時30分)  
所 教育・福祉センター 3階  
対 妊娠4～9カ月の初妊婦(出産予定日が令和3年9月20日～令和4年3月6日)とその夫またはパートナー  
☎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・父子健康手帳、筆記用具 ※撮影可  
☎詳 8月2日(月)～6日(金)に電話で 健康支援課 ☎(32)6410・6411