



# 健康ガイド



## 子どものための健診・教室など

☎教育・福祉センター3階 ☎健康支援課 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室 「2か月児」	7月27日(休) 9時30分～10時40分	令和5年5月生まれの子と親 ☎20組 申し込み順	離乳食の進め方、これからの発達を考えよう	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」	7月25日(火) 9時30分～11時	令和4年12月・令和5年1月生まれの子*と親 ☎30組 申し込み順	これからの発達・生活リズムを考えよう、離乳食の進め方、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」	7月19日(休) 9時30分～10時40分	令和4年7・8月生まれの子*と親 ☎20組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び	
「1歳6か月児」健康診査	7月11日(火) 9時30分～10時45分、 13時～14時30分 7月12日(休) 9時30分～10時15分*	令和3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 ※12日午前は、1歳6か月児健診・3歳児健診の混合枠です。きょうだいでの受診を希望される場合はご連絡ください
「3歳児」健康診査	7月12日(休) 10時15分～10時45分*、 13時～14時30分 7月13日(休) 13時～14時30分	令和2年6月生まれの子と親 (4歳未満の未受診児についてもご相談ください)		
Mom'sサロン Oasis	7月27日(休) 10時30分～11時15分 (受付10時15分)	妊婦、産後2～4カ月の子と母親 ☎なし 直接会場へ	産前・産後サポート (妊婦および母親の交流)	☎母子健康手帳、バスタオル、おむつ

## 7月の休日当番病・医院

- 7/2 ☎ **外科** とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111 **歯科** ほっこう歯科八谷矯正歯科クリニック ☎(71)2580
- 7/9 ☎ **外科** 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221 **歯科** 明野歯科クリニック ☎(57)2654
- 7/16 ☎ **外科** 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000 **歯科** 松井デンタルクリニック ☎(57)8241
- 7/17 ☎ **外科** とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000 **歯科** 松沢歯科クリニック ☎(82)8205
- 7/23 ☎ **外科** ケーアンドエークリニック ☎(71)2000 **歯科** みかみ歯科・矯正歯科医院 ☎(35)3939
- 7/30 ☎ **外科** アーク整形外科クリニック ☎(68)6111 **歯科** 宮本歯科 ☎(72)9050

ホームページでもご覧になれます!

令和5年4月から、内科の休日当番病・医院は夜間・休日急病センターに統合されました

## 夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 ☎(32)0099  
診療科目 | 内科、小児科  
診察時間 | 平日 19時～翌朝7時  
土曜日 14時～翌朝7時  
休日 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  
☎0120 (20) 8699  
携帯電話・PHSの方は  
☎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  
☎#8000または☎011 (232) 1599

## とまこまい医療介護連携センター

所在地 | 旭町2-4-20 ☎(37)0177  
受付時間 | 平日 8時30分～17時

- ▶ 医療と介護の相談窓口  
訪問診療を必要とする方はお気軽にご相談ください

診療時間 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 ☎(32)6407