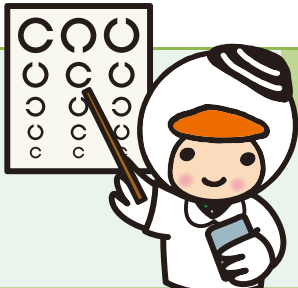


健康ガイド

健康についてのお知らせです!



休日当番病・
医院は
ホームページでも
ご覧になれます!



11月の休日当番病・医院(外科・歯科)

診療時間 | 外科=9時~17時 歯科=9時~12時 詳細 健康支援課 ☎(32)6407

11/3(日) 外科 とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111 歯科 ときわ歯科クリニック ☎(68)1182

11/4(月) 外科 苫小牧泌尿器科・循環器内科 ☎(57)0455 歯科 苫小牧デンタルケアクリニック ☎(73)3000

11/10(日) 外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221 歯科 かの歯科医院 ☎(33)0432

11/17(日) 外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000 歯科 くまざわ歯科医院 ☎(61)7711

11/23(土) 外科 ハート整形ペインクリニック ☎(38)6999 歯科 玄間歯科医院 ☎(73)8823

11/24(日) 外科 勤医協苫小牧病院 ☎(72)3151 歯科 斉藤歯科医院 ☎(72)5628

夜間・休日急病センター

内科 小児科 旭町2-9-2 ☎(32)0099

診療時間 | 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

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

子どものための健診・教室など

所 教育・福祉センター3階 申 健康支援課 電 (32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室 「2か月児」	11月28日(休) 9時30分~11時	令和6年9月生まれの子と親 定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日前までに電話または二次元コードで
「1歳6か月児」 健康診査	11月12日(火) ①9時30分~10時45分 ②13時~14時30分 11月13日(水) 9時30分~10時15分*	令和5年4月生まれの子 (2歳未満の未受診児について) ※13日(水)は、1歳6か月児健診・3歳児健診の混合枠です。	心身の発達状況の確認	対象者に通知 ※13日(水)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	11月13日(水) ①10時15分~10時45分* ②13時~14時30分 11月14日(木) 13時~14時30分	令和3年10月生まれの子 (4歳未満の未受診児について) ※14日(木)は、3歳児健診・4歳児健診の混合枠です。		
パパママ教室	11月24日(日) 10時~12時	妊娠4~9カ月(出産予定日が令和6年12月23日~令和7年6月8日)の初妊婦とその夫またはパートナー 定36組 抽選	沐浴の方法、妊婦体験、妊娠中の栄養について	母子・父子健康手帳 ※撮影可 定11月5日(火)~8日(金)に電話または二次元コードで
Mom'sサロン Oasis	11月26日(火) 10時~11時	妊婦、産後3~6カ月の母親と子 定20組 申し込み順	交流会、読み聞かせ、セラピューティック・ケア	母子健康手帳、パスタオル 定開催日の2日前までに電話または二次元コードで