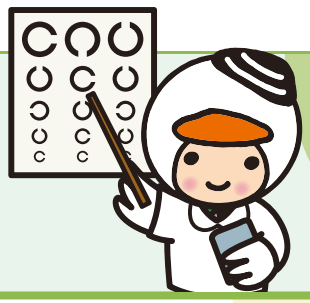
健康ガイド

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!

12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

	外科	歯科
12/1(日)	こうよう泌尿器科クリニック ☎(82)8620	佐賀歯科医院 ☎(76)8878
12/8(日)	同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221	榊原歯科医院 ☎(67)6655
12/15(日)	苫小牧日翔病院 ☎(72)7000	ささ歯科クリニック ☎(53)8299
12/22(日)	にっしん泌尿器科クリニック ☎(71)1100	木の花歯科 ☎(71)3535
12/29(日)	苫小牧東部脳神経外科 ☎(53)5000	たかまつ歯科医院 ☎(57)2300
12/30(月)	—	橘歯科医院 ☎(75)7527
12/31(火)	アーク整形外科クリニック ☎(68)6111	ファースト歯科クリニック ☎(68)0001
1/1(水)	苫小牧消化器外科 ☎(51)6655	カメルデンタルクリニック ☎(57)5100
1/2(木)	とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000	三輪歯科医院 ☎(32)3247
1/3(金)	とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111	いずみファミリー歯科 ☎(55)0774

夜間・休日急病センター

内科 小児科　旭町2-9-2 ☎(32)0099

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

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 詳 健康支援課　TEL(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室「2か月児」	12月19日(木) 9時30分～11時	令和6年10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	12月10日(火) 9時30分～10時45分、13時～14時30分 12月11日(水) 9時30分～10時15分※	令和5年5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 ※11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	12月11日(水) 10時15分～10時45分※、13時～14時30分 12月12日(木) 13時～14時30分	令和3年11月生まれの子(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	12月24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	持母子健康手帳、バスタオル 申開催日の2日前までに電話または二次元コードで
親子デンタル教室	12月25日(水) 13時～14時30分 (受付=12時50分)	令和5年6～12月生まれの子と親 定20組　申し込み順	歯科医師による講演、歯科衛生士によるブラッシング指導、フッ素塗布(希望者)	持母子健康手帳、乳幼児用歯ブラシ 申12月9日(月)～20日(金)に電話または二次元コードで
子育て応援教室 おとうさんといっしょ!	令和7年1月19日(日) 10時～11時	生後7カ月～1歳半以下の子と父親 定30組　申し込み順	親子遊び 手形アート	申12月16日(月)～令和7年1月16日(木)に電話または二次元コードで

アイコンの見方　日とき　所ところ　対対象　内内容　¥料金(料金記載のないものは無料)　定定員　持持参する物　申申し込み　詳詳細