

保健所の相談・検査(10月)

所詳苫小牧保健所 TEL(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
医療相談	随時	医療に関する相談や苦情	随時受付
女性の健康相談	【定例相談(要予約)】 第1木曜日 (第1木曜日が休日の場合は第2木曜日) 【相談】随時	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必須 (電話で)
こころの健康相談	【定例相談(要予約)】 月1回(精神科医師) 【相談】随時	こころの病気などに関する相談	
肝炎ウイルス検査	月2回	感染が疑われる方は無料	
骨髄バンク登録	予約時に確認	採血を実施し登録 18～54歳	
HTLV-1抗体検査		採血を実施し、約20日後に結果をお知らせ	
HIV検査(エイズ相談)	月2回	検査(採血)後、約60分で検査結果をお知らせ	予約は TEL(35)7474



10月の献血

2日	9:30～11:30	株式会社電工苫小牧支店
	13:00～14:15	ネットトヨタ苫小牧とまこまい店
	15:00～16:30	苫小牧道路事務所
5日	9:00～13:00	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
	14:30～16:30	
7日	10:00～13:00	イオンモール苫小牧
	14:30～16:30	
	9:30～10:45	マックスバリュ澄川町店
16日	11:30～13:00	ネットトヨタ苫小牧株前店
	14:45～16:30	苫小牧澄川病院
	10:00～13:00	
26日	14:30～16:30	イオンモール苫小牧
	9:30～11:30	札幌トヨタ自動車株式会社物流部
29日	13:00～16:30	ファミリーマート苫小牧住吉町店
30日	13:00～16:30	同樹会苫小牧病院

※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HPでご確認ください

※受付での混雑を防ぐため、献血 Web 会員サービス「ラブラッド」へ会員登録のうえ、献血の事前予約を推奨しています

問い合わせ先

北海道赤十字血液センター苫小牧出張所
TEL(61)1715

今月の健康NEWS

がん患者交流サロン

日10月14日(火) 13時30分～15時
 対象 がん患者とその家族
 内容 リンパ浮腫のセルフケア
 所申詳 王子総合病院がん相談支援センター
 TEL(32)8111
 担当課 健康支援課

エキノコックス症検診

日10月3日(金) 10時45分～11時15分
 所保健センター 直接会場へ
 対象 小学3年生以上で、過去5年間検診を受診していない方
 検査方法 採血による血清検査
 詳健康支援課 TEL(32)6407

こころの相談日

気持ちが落ち込む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
 日①10月1日(火) ②11月5日(火) いずれも9時～16時
 対象 こころの悩みや女性特有の健康の悩みを抱えるご本人やご家族
 所申詳 ②10月31日(金)までに電話で 健康支援課 TEL(32)6410
 ※相談日以外も随時ご相談に応じます

10月はピンクリボン月間です

日①10月1日(火) 12時～10日(金) 15時
 ②10月1日(火)～31日(金)
 内容 ①パネル展 ②ピンクライトアップ
 所申 ①市役所 1階ロビー ②市内8カ所
 ※詳細は二次元コードで
 詳健康支援課 TEL(32)6407



タダとく健診・プレ特定健診

対象 苫小牧市国民健康保険に加入の30歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入の方
 受診期限 令和8年2月28日(土)まで
 持 保険資格を証明する書類(マイナ保険証など)、受診券 詳 保険年金課 TEL(32)6425



歯科健康診査

対象 後期高齢者医療制度に加入の方
 受診期限 令和8年3月31日(火)まで
 持 保険資格を証明する書類(マイナ保険証など)、受診券 詳 保険年金課 TEL(32)6425



苫小牧健康セミナー

日11月6日(水) 14時～16時
 所COCOTOMA
 内容 メタボリックシンドロームは万病のもと、保健センターによる健康講話・相談
 講師 苫小牧病院 理事長 湯口 善成氏
 定60人 申し込み順
 申詳電話で 健康支援課 TEL(32)6407



がん患者交流会「花しょうぶの会」

日10月2日(木) 13時30分～15時
 所市立病院 2階講堂
 対象 がん患者とその家族
 内容 おうちでできるリハビリ
 申詳前日までに電話で 市立病院患者サポートセンター TEL(33)3131



市内の医療機関・介護事業所などに関する情報公開

とまこまい医療介護連携センターHPで、市内の医療・介護サービス提供機関(訪問医療を含む)の情報を掲載していますので、ご活用ください 詳 介護福祉課 TEL(32)6347

