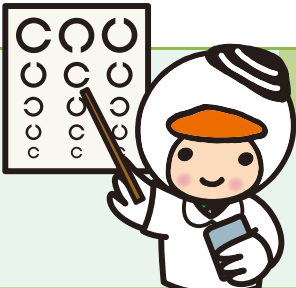


健康ガイド

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

11/2日	外科	光洋いきいきクリニック ☎(71) 2700	歯科	ファースト歯科クリニック ☎(68) 0001
11/3日	外科	とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31) 2000	歯科	あおば歯科 ☎(74) 8888
11/9日	外科	同樹会苫小牧病院 ☎(36) 1221	歯科	関歯科医院 ☎(32) 6400
11/16日	外科	苫小牧日翔病院 ☎(72) 7000	歯科	明野歯科クリニック ☎(57) 2654
11/23日	外科	アーク整形外科クリニック ☎(68) 6111	歯科	かなもり歯科医院 ☎(34) 8888
11/24日	外科	苫小牧泌尿器科・循環器内科 ☎(57) 0455	歯科	たかまつ歯科医院 ☎(57) 2300
11/30日	外科	こうよう泌尿器科クリニック ☎(82) 8620	歯科	橘歯科医院 ☎(75) 7527

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 田 健康支援課 田 (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27日(休) 9時30分～11時	令和7年9月生まれの子 と親 田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	田 母子健康手帳、バスタオル 田 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11日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 11月12日(休) 9時30分～10時15分*	令和6年4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12日(休) ①10時15分～10時45分* ②13時～14時30分 11月13日(休) 13時～14時30分	令和4年10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)		
子育てサロン Oasis	11月25日(火) 10時～11時	妊婦、令和7年5月～8月生 まれの子と親 田20組 申し込み順	交流会、絵本の読み聞かせ、 親子遊び、セラピューティッ ク・ケア	田 母子健康手帳、バスタオル 田 11月20日(休)までに電話 または二次元コードで
パパママ教室	12月7日(日) 10時～12時	妊娠4～9カ月(出産予定 日が令和8年1月5日～令 和8年6月21日)の初妊婦 とその夫またはパートナー 田36組 抽選	田 沐浴の方法、妊婦体験、 妊娠中の栄養について	田 母子健康手帳、筆記用具 ※撮影可 田 11月10日(月)～14日(金)に 電話または二次元コードで