

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!



1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

1/1 木	外科	光洋いきいきクリニック	歯科	はくちょう歯科医院
		☎(71)2700		☎(84)8828
1/2 金	外科	勤医協苫小牧病院	歯科	苫小牧デンタルケアクリニック
		☎(72)3151		☎(73)3000
1/3 土	外科	苫小牧消化器外科	歯科	大町歯科加藤医院
		☎(51)6655		☎(32)2209
1/4 日	外科	こうよう泌尿器科クリニック	歯科	のぞみ歯科
		☎(82)8620		☎(61)4055
1/11 月	外科	同樹会苫小牧病院	歯科	松井デンタルクリニック
		☎(36)1221		☎(57)8241
1/12 月	外科	苫小牧泌尿器科・循環器内科	歯科	ほっこう歯科八谷矯正歯科クリニック
		☎(57)0455		☎(71)2580
1/18 月	外科	苫小牧日翔病院	歯科	松沢歯科クリニック
		☎(72)7000		☎(82)8205
1/25 月	外科	みらい整形ペインクリニック	歯科	みかみ歯科・矯正歯科医院
		☎(53)7100		☎(35)3939

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、受診先が分からんときは
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 申告 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」	1月29日(木) 9時30分~11時	令和7年11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	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
「1歳6か月児」 健康診査	1月13日(火) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分 1月14日(水) 9時30分~10時15分*	令和6年6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 ※14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	1月14日(水) 10時15分~10時45分*、 13時~14時30分 1月15日(木) 13時~14時30分	令和4年12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	1月27日(火) 10時~11時	妊娠、令和7年7月~10月 生まれの子と親 定20組 申し込み順	交流会、絵本の読み聞か せ、親子遊び、セラピー ^{ティック} ・ケア	持母子健康手帳、バスタオル 申1月23日(金)までに電話 または二次元コードで

アイコンの見方

□とき □ところ □対象 □内容 □料金(料金記載のないものは無料) □定員 □持参する物 □申し込み □詳細