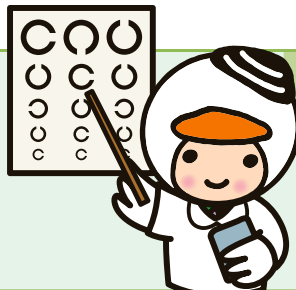


# 健康ガイド

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!



## 5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 医療介護連携課 ☎(84)5159

5/3 <sub>日</sub>	外科	みらい整形ペインクリニック ☎(53)7100	歯科	佐賀歯科医院 ☎(76)8878
5/4 <sub>日</sub>	外科	とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000	歯科	田中歯科医院 ☎(76)0056
5/5 <sub>火</sub>	外科	とまこまい脳神経外科 ☎(75)5111	歯科	あおば歯科 ☎(74)8888
5/6 <sub>水</sub>	外科	にっしん泌尿器科クリニック ☎(71)1100	歯科	明野歯科クリニック ☎(57)2654
5/10 <sub>日</sub>	外科	同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221	歯科	ファミリー歯科クリニック ☎(68)0418
5/17 <sub>日</sub>	外科	苫小牧日翔病院 ☎(72)7000	歯科	うのデンタルクリニック ☎(61)4618
5/24 <sub>日</sub>	外科	光洋いきいきクリニック ☎(71)2700	歯科	江畑歯科クリニック ☎(33)3999
5/31 <sub>日</sub>	外科	苫小牧東部脳神経外科 ☎(53)5000	歯科	おひさまスマイル歯科 ☎(74)0001

## 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

## 教育・福祉センター 3階

所本幸町1-2-21

### 子どものための健診・教室など

☎こども家庭支援室 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
赤ちゃん教室 [2か月児]	5月28日(木) 9時30分~11時	令和8年3月生まれの 子と親 ☎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	☎母子健康手帳、バスタオル ☎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	5月12日(火) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分 5月13日(水) 9時30分~10時15分*	令和6年10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 ※13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	5月13日(水) 10時15分~10時45分*、 13時~14時30分 5月14日(木) 13時~14時30分	令和5年4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	5月26日(火) 10時~11時	妊婦、産後3~6カ月の 子と親 ☎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	☎母子健康手帳、バスタオル ☎5月22日(金)までに電話 または二次元コードで 
パパママ教室	6月7日(日) 10時~12時	妊娠4~9カ月(出産予定日 が7月6日~12月20日)の 初妊婦とその夫またはパー トナー ☎36組 抽選	沐浴 <small>もくよく</small> の方法、妊婦体験、妊娠 中の栄養について	☎母子健康手帳、筆記用具 ※撮影可 ☎5月8日(金)~15日(金)に 電話または二次元コードで 