



市の木の花
ハスカップ

は5月の実施です



健康



暮らし



税金



福祉



相談



催し講座



スポーツ



指定管理者

休日当番病・医院

診療時間			
内科、外科 = 9時～17時 歯科 = 9時～12時			
日	分類	病・医院名	電話番号
3日(日)	内科	苫小牧消化器外科	51-6655
	外科	メモリアル整形外科	74-2111
	歯科	みかみ歯科矯正歯科医院	35-3939
10日(日)	内科	川村クリニック	74-5577
	外科	同樹会苫小牧病院	36-1221
	歯科	けいた歯科クリニック	71-2800
17日(日)	内科	いちむら小児科医院	67-1111
	外科	苫小牧日翔病院	72-7000
	歯科	宮本歯科	72-9050
24日(日)	内科	苫小牧病院	72-1201
	外科	松沢クリニック	57-7171
	歯科	三輪歯科医院	32-3247
29日(金)	内科	苫小牧東病院	55-8811
	外科	江夏泌尿器科医院	33-3855
	歯科	山岸歯科矯正歯科	53-6666
5/1(日)	内科	たかやなぎ小児科	71-2115
	外科	ハート整形ペインクリニック	38-7000
	歯科	山崎歯科医院	74-8091
5/3(火)	内科	すがわら内科呼吸器科	76-7011
	外科	アーク整形外科クリニック	68-6111
	歯科	関歯科医院	32-6400
5/4(水)	内科	さくらファミリークリニック	55-6526
	外科	とよた腎泌尿器科クリニック	31-2000
	歯科	土上歯科医院	34-3883
5/5(木)	内科	横山内科消化器科	74-0011
	外科	山下医院	72-8828
	歯科	佐賀歯科医院	76-8878
ホームページでもご覧になれます 医師会 http://www.toma-med.or.jp/ 歯科医師会 http://www.tomashi.org/			

夜間・休日急病センター

所在地	旭町2丁目 35 0001
診療科目	内科、小児科
区分	診療時間
平日	午後7時～翌朝7時
土曜日	午後2時～翌朝7時
休日	午前9時～翌朝7時

BCG接種(料金無料) 詳細 健康支援課 32 6407

日時	会場	対象	その他
11日(月)、25日(月) 接種開始時間 = いずれも14時～(受付=13時30分～14時30分)	教育・福祉センター 直接会場へ	生後3カ月以上5カ月以下	(注)参照

(注)接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・破傷風予防接種後6日、ポリオの予防接種後27日以上たっていない方 ●37.5度を超える発熱があったり、重い病気の方や以前に予防接種で強いアレルギー反応があった方
母子健康手帳、予診票、バスタオルを持参し、保護者同伴。接種後27日間は他の予防接種は受けられません

保健所の相談、検査(会場=保健所) 詳細 苫小牧保健所 34 4168

名称	日時	内容	申し込み
精神保健相談	7日(木)	専門職員の面接相談	
思春期精神保健相談	11日(月)		予約必要
女性の健康相談	毎月19日(土・日曜日、祝日の場合は次の平日)	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	
総合保健・医療相談	月～金曜日 祝日を除く	保健、医療、福祉などの相談	随時受付
肝炎ウイルス検査	12日(火)	感染が疑われる方は無料 詳細はお問い合わせください	予約必要
骨髄バンク登録	12日(火)、26日(火)	13時から30分程度 対象=18歳以上54歳以下	
HIV抗体検査	12日(火)、13日(水)、26日(火)	検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定	予約は35-7474

保健センターの健康診断(会場=保健センター) 詳細 保健センター 35 0001

名称	期日・時間	料金	対象	内容	その他
生活習慣病予防相談	随時受付	無料	市民	保健師による健康相談	事前連絡必要
食生活相談	25日(月) 受付=13時30分～14時30分	無料	市民	栄養士による食事相談	事前予約必要
総合健康診断(短期人間ドック)	月～金曜日(祝日を除く) 受付=8時～	21,735円(本市国保加入者20,160円)	希望者	医療コンピューターによる検査	事前予約必要
特定健診・生活機能評価	月～金曜日(祝日を除く) 受付=8時30分～9時30分	加入保険により異なります	該当者	血液検査など	事前予約必要 (注)参照

(注)「特定健診・生活機能評価」については各加入保険先から送付される案内をご覧ください

エキノコックス症検診(料金無料) 詳細 健康支援課 32 6407

日時	会場	対象	内容
22日(金) 10時45分～11時15分	保健センター 直接会場へ	小学3年生以上で5年間受診していない方	採血による血清検査

広告

健康相談、健康教室(料金無料) 詳細 健康支援課 32 6410

名称	会場・日時	内容	その他
市民健康相談	市役所2階談話室 4日(月) 9時30分～11時30分	体脂肪・血圧測定、保健指導、栄養相談	直接会場へ
市民健康教室	しらかば総合福祉会館 21日(木) 13時～	すがわら内科呼吸器科院長による「禁煙治療と慢性閉塞性肺疾患」の講演、保健師の健康指導と血圧測定	直接会場へ
40歳からの栄養相談	教育・福祉センター 13日(水)=9時30分～11時30分、27日(水)=13時30分～16時30分	体脂肪・筋肉量・血圧測定、メタボリックシンドロームを予防する食生活のポイント、カロリー計算などの栄養相談(1人45分程度)	前日までに健康支援課へ(申し込み順)

赤ちゃんのための健診・教室(会場=教育・福祉センター、料金無料) 詳細 健康支援課 32 6411

名称	期日・時間	対象	内容	その他
パパママ教室	24日(日) 10時～12時	妊娠4～7カ月の初妊婦とその夫 30組 抽選	もく浴実習、お父さんの妊婦体験(Tシャツ着用)、ビデオ学習	6日(水)、7日(木)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	28日(木) 9時30分～11時30分	23年2月生まれの子と親定員=40組 申し込み順	離乳食の進め方、赤ちゃんの育ち方、母親交流会	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「7か月児」	15日(金)、18日(月) いずれも14時15分～16時	22年9月生まれの子と親2日間とも出席できる方 定員=30組 申し込み順	15日=離乳食の進め方、歯を守る 18日=赤ちゃんとの遊ぶ、発達を考える、母親交流会	開催日の2日前までに健康支援課へ
赤ちゃん教室「12か月児」	22日(金) 9時30分～11時	22年4月生まれの子と親定員=30組 申し込み順	元気に遊ぼう親子遊び、母親交流会	
「1歳6か月児」健康診査	19日(火) ①9時30分～10時45分 20日(水) ②13時～14時30分 9時30分～10時45分	21年9月生まれの子(2歳未満の未受診児も可)		心身の発達状況の確認 対象者に通知
「3歳児」健康診査	20日(水) 13時～14時30分 21日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	20年3月生まれの子(4歳未満の未受診児も可)		

がん検診 詳細 健康支援課 32 6407・32-6410 保健センター 35 0001

会場	実施がん検診	日時	定員	申し込み
北海道対がん協会	子宮・乳 胃・肺・大腸	5月16日(月) 受付場所・時間=市役所1階ロビー 7時15分～7時45分 札幌の会場まで無料バスで送迎	50人	8日(金)～21日(木)に健康支援課へ(申し込み順)
保健センター	子宮・乳	23日(土) 8時～9時、12時30分～13時30分	子宮=各100人 乳=各35人	8日(金)から健康支援課へ(申し込み順)
	乳	14日(木)、15日(金) いずれも13時～14時	各25人	
有珠の沢総合福祉会館	胃・肺・大腸	11日(月)、21日(木) いずれも8時～10時30分	胃・肺のみ=各30人	大腸がんは7日前、その他は前日までに保健センターへ(申し込み順)
		19日(火) 7時～8時、9時～10時	胃・肺のみ=各25人	
勇払公民館		20日(水) 7時～8時、9時～10時		

検診名	胃がん	肺がん	大腸がん	乳がん	子宮頸がん	子宮体部がん
対象	23年4月1日から24年3月31日までに以下の年齢になる方(子宮・乳がんは偶数歳になる方)					
	40歳以上		40歳以上 50歳未満	50歳以上	20歳以上	20歳以上で問診により必要な方
内容	レントゲン撮影		問診と便潜血検査	マンモグラフィ(X線)と触診による検査	頸部(けいび)細胞診検査	体部細胞診検査
料金	1,500円	200円(かくたん検査は400円追加)	400円	2,000円 1,700円	1,000円	700円
	無料の方 ●生活保護を受けている世帯の方 ●市民税がかかっていない世帯の方で「がん検診無料証明書(印鑑を持参し、健康支援課、勇払・のぞみ出張所で事前申請が必要)」をお持ちの方 ●受診時に70歳以上の方(保険証・免許証など年齢がわかるものをお持ちください) ●一定の障がいがある65歳～69歳の方で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方					

がん検診は市内医療機関でも実施しています。平成23年度「わが家の健康カレンダー」でご確認ください

PET/CTがん検診	3時間程度で全身のがんの検出、転移、再発の有無を検査 極めて小さながんや胃・腎臓・ぼうこうなどのがんは発見できない場合もあります
詳細 市立病院 84 0158	料金 92,000円 予約必要