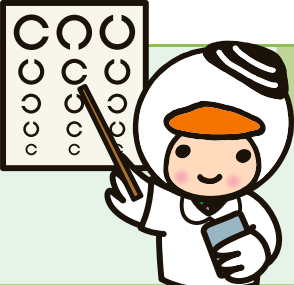


健康ガイド

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！



10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

10/4日 外科	苫小牧 東部脳神経外科 北栄町2-27-27 ☎(53)5000	10/4日 歯科	なか歯科医院 拓勇東町3-1-6 ☎(52)0800
10/11日 外科	同樹会苫小牧病院 新中野町3-9-10 ☎(36)1221	10/11日 歯科	のぞみ歯科 のぞみ町3-9-17 ☎(61)4055
10/12日 外科	とよた腎泌尿器科 クリニック 元中野町2-17-12 ☎(31)2000	10/12日 歯科	ほっこう歯科八谷矯正 歯科クリニック 北光町4-12-17 ☎(71)2580
10/18日 外科	苫小牧日翔病院 矢代町2-9-13 ☎(72)7000	10/18日 歯科	松井デンタル クリニック 明野新町5-19-15 ☎(57)8241
10/25日 外科	アーク整形外科 クリニック ときわ町3-15-34 ☎(68)6111	10/25日 歯科	松沢歯科クリニック 三光町5-22-12 ☎(82)8205

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]	10月29日(木) 9時30分~11時	令和8年8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	持母子健康手帳、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	10月13日(火) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分 10月14日(水) 9時30分~10時15分*	令和7年3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	10月14日(水) 10時15分~10時45分*、 13時~14時30分 10月15日(木) 13時~14時30分	令和5年9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	10月27日(火) 10時~11時	妊婦、令和8年4月~7月生 まれの子と親 ☎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	持母子健康手帳、バスタオル ☎10月23日(金)までに電話 または二次元コードで
親子デンタル教室	10月28日(水) 13時~14時30分 (受付=12時45分から)	令和7年4月~10月生まれ の子と親 ☎20組 申し込み順	歯科医師による講演、歯科 衛生士によるブラッシング 指導、フッ素塗布(希望者)	持母子健康手帳、乳幼児用 歯ブラシ ☎10月13日(火)~23日(金)に 電話または二次元コードで