11月8日㈯は「りんご湯」 所公園湯・大豊湯

保健所の相談・検査(11月)

所詳苫小牧保健所 TEL(34)4168

名称	とき	内容	申し込み
医療相談	随時	医療に関する相談や苦情	随時受付
女性の健康相談	【定例相談(要予約)】第1木曜日(第1木曜日が休日の場合は第2木曜日) 【相談】随時	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必須(電話で)
こころの健康相談	【定例相談(要予約)】月1回(精神科医師) 【相談】随時	こころの病気などに関する相談	
肝炎ウイルス検査・梅毒検査	月2回	感染が疑われる方は無料	
骨髄バンク登録	予約時に確認	採血を実施し登録 対18～54歳	
HTLV－1抗体検査		採血を実施し、約20日後に結果をお知らせ	
HIV検査(エイズ相談)	月2回	検査(採血)後、約60分で検査結果をお知らせ	予約は TEL(35)7474

11月の献血

7日㈯	9:30～13:00 14:30～16:30	MEGAドン・キホーテ苫小牧店
8日㈰	9:30～13:00 14:30～16:30	
10日㈫	10:00～13:00 14:30～16:30	イオンモール苫小牧
17日㈫	9:30～12:45	スーパーアークス光洋店
	14:30～16:30	AGHトヨタ札幌㈱苫小牧物流センター
20日㈮	9:30～12:45	マックスバリュ新花園店
	14:30～16:30	道央佐藤病院
23日㈪	10:00～13:00 14:30～16:30	イオンモール苫小牧
25日㈬	9:30～11:15 12:45～16:30	苫小牧工業高等専門学校
26日㈭	9:30～12:00	苫小牧自動車整備組合

※日時などが変更となる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPでご確認ください
※受付での混雑を防ぐため、献血Webサービス「ラブラッド」へ会員登録のうえ、献血の事前予約を推奨しています

問い合わせ先
北海道赤十字血液センター苫小牧出張所
TEL(61)1715

今月の健康NEWS

がん患者交流サロン「いずみ会」

日11月10日㈫ 13時30分～15時
対がん患者とその家族
内がん疼痛と疼痛コントロール
所申詳直接または電話で 王子総合病院がん相談支援センター TEL(32)8111
担当健康づくり課

こころの相談日

日①11月4日㈫ ②12月2日㈫ いずれも9時～16時
対こころの悩みや女性特有の健康の悩みを抱えるご本人やご家族
所申詳②11月30日㈰までに電話で 健康づくり課 TEL(32)6410
※相談日以外も随時ご相談に応じます

予防接種はお済みですか？

市では、65歳以上の方を対象に以下の予防接種を実施しています。予防接種の種類によっては、生涯に一度しか定期接種の機会がないものもありますので、接種を希望する方はお忘れにならないようご注意ください
詳健康づくり課 TEL(32)6407

65歳以上の方が対象となる予防接種

予防接種の種類	対象者	対象可能期間	接種回数	料金	備考
高齢者の肺炎球菌感染症	65歳の方	65歳の誕生日の前日～66歳の誕生日の前日	1回	2,500円	生涯に一度限り
帯状疱疹	令和8年度中に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる方	4月1日～令和9年3月31日㈫	生ワクチン:1回 不活化ワクチン:2回	生ワクチン:2,500円 不活化ワクチン:1回当たり9,000円	
高齢者インフルエンザ	65歳以上の方	10月1日～令和9年1月31日㈰	1回	1,300円	毎シーズン接種可能
新型コロナウイルス感染症		10月1日～令和9年2月28日㈰		5,900円	

予防接種の詳細や接種できる医療機関一覧など、詳しくは二次元コードで