

健康ガイド



1月の休日 当番病・医院

診療時間 | 内科、外科 = 9時～17時
歯科 = 9時～12時

- 1日(日)**
 - 内科 柴田内科循環器科 ☎(71)2225
 - 外科 苫小牧消化器外科 ☎(51)6655
 - 歯科 おひさまスマイル歯科 ☎(74)0001
- 2日(月)**
 - 内科 いちむら小児科医院 ☎(67)1111
 - 外科 メモリアル整形外科 ☎(74)2111
 - 歯科 山崎歯科医院 ☎(74)8091
- 3日(火)**
 - 内科 阿部内科医院 ☎(36)0066
 - 外科 山下医院 ☎(72)8828
 - 歯科 あおば歯科 ☎(74)8888
- 8日(日)**
 - 内科 苫小牧病院 ☎(72)1201
 - 外科 同樹会苫小牧病院 ☎(36)1221
 - 歯科 いずみの歯科クリニック ☎(76)0178
- 9日(月)**
 - 内科 勤医協苫小牧病院 ☎(72)3151
 - 外科 とよた腎泌尿器科クリニック ☎(31)2000
 - 歯科 大町歯科加藤医院 ☎(32)2209
- 15日(日)**
 - 内科 沖医院 ☎(32)8870
 - 外科 苫小牧日翔病院 ☎(72)7000
 - 歯科 沖歯科医院 ☎(72)8558
- 22日(日)**
 - 内科 稲岡内科小児科 ☎(72)5141
 - 外科 光洋いきいきクリニック ☎(71)2700
 - 歯科 かなもり歯科医院 ☎(34)8888
- 29日(日)**
 - 内科 川村クリニック ☎(74)5577
 - 外科 三上外科整形外科 ☎(33)7815
 - 歯科 ときわ歯科クリニック ☎(68)1182

ホームページでもご覧になれます
健康支援課 ☎(32)6407

夜間・休日急病センター

所在地 旭町2-9-2 ☎(32)0099
診療科目 内科、小児科
診察時間 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

赤ちゃんのための健診・教室

所 教育・福祉センター3階
健康支援課 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
母親教室	★2月1日(火)、★2月2日(水)、★2月7日(月) いずれも13時～15時 ★2月22日(水) 10時～12時30分 ★2月23日(木) 10時30分～11時30分	妊娠4～8カ月の方(妊娠12～32週未満の方)	1日=妊娠中の栄養 2日=赤ちゃんとの生活、歯の話 7日=お産に向けての準備 22日=調理実習 23日=2カ月の赤ちゃん、母との交流会	母子健康手帳を持参し、直接会場へ ★2月22日は2月1日の受講者が対象です
パパママ教室	★2月19日(日) 10時～12時	妊娠4～8カ月の初妊婦とその夫 ☎36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	★2月2日(水)、3日(木)に健康支援課へ
赤ちゃん教室「2か月児」	26日(水) 9時30分～11時30分	28年11月生まれの子と親 ☎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」	23日(月)、27日(金) 14時15分～16時	28年6月生まれの子と親 ☎30組 申し込み順	23日=これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 27日=離乳の進め方、歯を守りましょう	
赤ちゃん教室「12か月児」	12日(水) 9時30分～11時	28年1月生まれの子と親 ☎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	17日(火) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分 18日(水) 9時30分～10時45分	27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	
「3歳児」健康診査	18日(水) 13時～14時30分 19日(木) ①9時30分～10時45分 ②13時～14時30分	25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)		
BCG接種 ☎(32)6407	16日(月)、30日(月) 接種開始時間=いずれも14時から(受付=13時30分～14時30分) 直接会場へ	生後3カ月～1歳に至るまでの乳児	(注)1.標準的な接種年齢は生後5～8カ月 2.接種できない方 ●ジフテリア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風、ヒブ、小児用肺炎球菌予防接種後6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 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	

エキノコックス症検診

健康支援課 ☎(32)6407

とき	ところ	対象	検査方法
13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、過去5年間検診を受診していない方	採血による血清検査

対がん協会のがん検診

健康支援課 ☎(32)6407

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・子宮・乳	★2月14日(火) 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	北海道対がん協会	50人	10日(火)～23日(月)に健康支援課へ(申し込み順)

- 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・PHSの方は ☎011(221)8699
- 夜間子どもが急病にかかったとき 「小児救急電話相談」 ☎#8000または ☎011(232)1599

1月の献血

献血推進協議会(社会福祉協議会) ☎(32)7111、市健康支援課 ☎(32)6407

3日(火) 10:00～16:00	フードD沼ノ端食彩館	24日(火) 10:00～11:30 13:00～16:00	マックスバリュ弥生店 日翔病院
4日(水) 10:00～11:30 13:00～16:00	MEGAドン・キホーテ苫小牧店	26日(木) 10:00～11:45 13:00～16:00	苫小牧市役所
12日(水) 10:00～12:00 13:15～16:00	ビッグハウス明徳店	27日(金) 10:00～11:45 13:00～16:00	苫小牧市役所
18日(水) 10:00～11:45 13:00～14:00 14:30～16:00	トライアル苫小牧店 苫小牧道路事務所	31日(火) 10:00～12:30 14:00～16:00	苫小牧栗林運輸(株) 苫小牧港湾合同庁舎

※日時が変更になる場合があります、ご確認ください