

保健所の相談、検査

所詳 苫小牧保健所 ☎(34)4168

| 名称 | とき | 内容 | 申し込み |
|------------------|--------------------------|-------------------------------|------------------|
| 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 |
| 女性の健康相談 | 19日(火) | 妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談 | 予約必要 |
| こころの健康相談 | 21日(木) | 専門職員の面接相談 | |
| 肝炎ウイルス検査 | 5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 | |
| 骨髄バンク登録 | 5日(火) 19日(火) | 13時～ 30分程度 対18歳以上54歳以下 | |
| HTLV-1抗体検査 | 5日(火) | 採血後、約20日後に結果をお知らせします | 予約は ☎(35)7474 |
| HIV検査 (エイズ相談) | 5日(火) 6日(水) 19日(火) | 検査(採血)後、約90分で検査結果をお知らせする予定 | |

2月の献血

詳健康支援課 ☎(32)6407

| | | |
|--------|-------------|---------------------|
| 1日(金) | 9:30～11:00 | ㈱苫東 |
| | 11:40～13:00 | 日軽北海道㈱ |
| 4日(月) | 9:30～11:15 | 日胆農業会館 |
| | 13:00～14:30 | 北海道石油共同備蓄㈱北海道事業所 |
| 5日(火) | 9:30～11:30 | イオンモール苫小牧 |
| | 12:45～16:30 | |
| 6日(水) | 9:30～12:00 | 北海道電力㈱苫小牧支店 |
| | 9:30～11:30 | コープさっぽろステイ店 |
| 18日(日) | 12:45～15:00 | |
| | 15:30～16:30 | グランドホテルニュー王子 |
| 25日(日) | 9:30～11:30 | 苫小牧埠頭㈱港運事業部 |
| | 14:30～16:30 | 北海道赤十字血液センター苫小牧出張所前 |
| 26日(月) | 9:30～11:00 | ホクレンショップ沼ノ端店 |
| | 12:30～13:30 | ㈱イワクラ |
| 28日(水) | 14:10～16:30 | JX金属苫小牧ケミカル㈱ |
| | 12:00～13:15 | 光生アルミ北海道㈱ |

10とまっショップポイント引換券をプレゼント!
※日時などが変更になる場合があります、ご確認ください

健康 NEWS

パパカフェ

日 2月24日(日) 10時～11時30分
所 住吉コミセン

- 対 4カ月～1歳未満の子どもと父親(母親も参加可)
- 内 遊び方の講習や交流など
- 定 20組 申し込み順
- 持 バスタオル、ミルク、おむつ、父子(母子)手帳
- 申 ワーカーズコープ ☎080(4174)0055
- 詳 健康支援課 ☎(32)6411

プレママくらす ママくらす

日 ①2月14日(木) ②2月18日(月) いずれも10時～12時(受付=9時40分)

- 所 ①豊川コミセン ②沼ノ端コミセン
- 対 ①妊娠5カ月(妊娠16週)以降の妊婦 ②産後3～7カ月未満の母親と子ども
- 内 相談交流会、①マタニティヨガ、②ベビーマッサージ など
- 定 ①20人 ②20組
- 持 母子健康手帳、②ベビーオイル、バスタオル
- 申 開催日の1週間前までに電話で 沼ノ端コミセン ☎(57)5560
- 詳 健康支援課 ☎(32)6411 ※詳細はHPで

母親教室

日 ①3月5日(火) 13時～15時 ②3月28日(木) 10時～12時

- 所 教育・福祉センター 直接会場へ
- 対 母子手帳の交付を受けた妊婦
- 内 ①助産師による「妊娠中から産後のはなし」 ②保健師による「赤ちゃんとの生活について」、赤ちゃん教室との交流会
- 持 母子健康手帳、母子健康手帳副読本、とまっこファイル
- 詳 健康支援課 ☎(32)6411

がん患者交流サロン

市立病院
日 2月7日(木) 13時30分～15時

- 内 がん化学治療中の過ごし方
- 王子総合病院
日 2月12日(火) 13時30分～15時
- 内 あなたにとって大切なこと
～考えていますか? 話せていますか?～
.....
- 対 市内在住のがん患者またはその家族(直接会場へ)
- 詳 健康支援課 ☎(32)6407

「歯科健康診査」受診しましたか?

毎年「歯科健康診査」を受けて、口の健康を保ち健康寿命を延ばしましょう! 受診期限は3月31日(日)までです。お早めに実施機関にご予約ください ※対象者には受診券を発送しています。受診券を紛失した方はご連絡ください

- 対 後期高齢者医療制度加入者
- 持 後期高齢者医療被保険者証、受診券
- 詳 高齢者医療課 ☎(32)6414

