

保健所の相談、検査

【詳】苦小牧保健所 ☎(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	21日(月)	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	17日(木)	専門職員の面接相談	
肝炎ウイルス検査	1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	1日(火) 15日(火)	13時から 30分程度 ☎18歳以上54歳以下	
HTLV-1抗体検査	15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)	1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日(水) 15日(火)		

10月の献血

【詳】健康支援課 ☎(32)6407

7日(日)	13:30～14:30	苦小牧保健所
	15:00～16:30	㈱カナモト苦小牧営業所
9日(水)	9:30～11:45	コープさっぽろステイ店
	13:00～14:00	
18日(金)	14:40～16:30	JX金属苦小牧ケミカル(株)
	10:00～12:00	ネットトヨタ苦小牧(株)樽前いと店
21日(日)	9:30～11:30	イオンモール苦小牧
	12:45～16:30	

10とまチ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ので、最新情報は北海道赤十字血液センターHPをご確認ください

健康 NEWS

Mom's サロン Oasis

☎10月24日(木) 10時30分～11時30分 (受付10時15分)

【所】教育・福祉センター 直接会場へ
【対】妊婦、産後2～4カ月の母親と子ども
【内】セラピューティック・ケア、おしゃべりタイムなど
【持】母子健康手帳、バスタオル
【詳】健康支援課 ☎(32)6411

がん患者交流サロン

■王子総合病院
☎10月8日(火) 13時30分～15時
【内】がん治療を支える口腔ケア ～お口のケア 気をつけていますか～

■市立病院
☎10月21日(月) 13時30分～15時
【内】女性限定交流会 (アピアランスケア)

.....

【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

東胆振精神保健大会

☎11月2日(土) 13時30分～15時30分
【所】市民会館
【内】兵庫県立淡路医療センター精神科 山木愛久氏による講演、東胆振精神保健事業功績者感謝状授与、心のアート展2019受賞者表彰
【詳】東胆振精神保健協会事務局 (苦小牧保健所内)
☎(34)4168 市健康支援課 ☎(32)6407

親子デンタル教室

☎10月30日(水) 13時～15時 (受付12時50分まで)
【所】教育・福祉センター
【対】平成30年4月～10月生まれの子どもと保護者
【内】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と希望者にフッ素塗布
【定】30組 申し込み順
【持】母子健康手帳、乳児用歯ブラシ
【申】10月28日(月)までに電話で 健康支援課 ☎(32)6411

ジェネリック医薬品希望シールを送付しています

シールを保険証に貼ることでジェネリック医薬品希望の意思を伝えることができます。とまチョップポイント付与の詳細は、保険証の同封物をご確認ください
【対】苦小牧市国民健康保険の被保険者
【詳】国保課 ☎(32)6425



タダとく健診を受けましょう

未受診の方は早めに受診してください。通院治療中の方も健診の対象です ※受診券を紛失した方はご連絡ください
【受診期限】令和2年2月29日まで
【対】苦小牧市国民健康保険に加入の40歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入の方
【持】健康保険証、受診券
【詳】国保課 ☎(32)6425 高齢者医療課 ☎(32)6414



運動機能向上講座「体いきいき！若返り講座」

☎10月30日(水) 10時～12時
【所】総合体育館
【対】65歳以上の方
【内】足腰の筋力アップを中心に、健康を維持するトレーニング

【定】30人 申し込み順
【持】動きやすい服装、上靴、飲み物、タオル
【申】10月1日(火)～前日に電話で 介護福祉課 ☎(32)6347