

# 健康ガイド



## 12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

ホームページでもご覧になれます

☎健康支援課 ☎(32)6407

12/1  
日

内科 苫小牧消化器外科  
☎(51)6655  
外科 苫小牧消化器外科  
☎(51)6655  
歯科 阿部歯科医院  
☎(31)4618

12/8  
日

内科 方安庵青雲町クリニック  
☎(61)5555  
外科 同樹会苫小牧病院  
☎(36)1221  
歯科 アラヤ歯科医院  
☎(55)5728

12/15  
日

内科 うとないキッズクリニック  
☎(53)8080  
外科 苫小牧白翔病院  
☎(72)7000  
歯科 伊尾歯科医院  
☎(72)7222

12/22  
日

内科 苫小牧東病院  
☎(55)8811  
外科 とまこまい脳神経外科  
☎(75)5111  
歯科 川治歯科医院  
☎(76)6480

12/29  
日

内科 たくしん小児科  
☎(53)7788  
外科 苫小牧東部脳神経外科  
☎(53)5000  
歯科 三輪歯科医院  
☎(32)3247

12/30  
月

歯科 江畑デンタルクリニック  
☎(33)3999

12/31  
火

内科 錦岡医院  
☎(67)0013  
外科 ハート整形ペインクリニック  
☎(38)7000  
歯科 江畑デンタルクリニック  
☎(33)3999

1/1  
水

内科 とまこまい北星クリニック  
☎(57)8000  
外科 こうよう泌尿器科クリニック  
☎(82)8620  
歯科 かなもり歯科医院  
☎(34)8888

1/2  
木

内科 苫部病院  
☎(34)2135  
外科 にっしん泌尿器科クリニック  
☎(71)1100  
歯科 大町歯科加藤医院  
☎(32)2209

1/3  
金

内科 桜木ファミリークリニック  
☎(71)2351  
外科 三上外科整形外科  
☎(33)7815  
歯科 北栄こども歯科  
☎(53)1331

### 子どものための健診・教室

☎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
赤ちゃん教室 「2か月児」	19日(休) 9時30分~11時30分	令和元年10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、簡単ストレッチ	開催日の2日前までに健康支援課へ ※対象月を過ぎたお子さんについてはご相談ください
赤ちゃん教室 「7か月児」	6日(金)、20日(金) 14時15分~16時	令和元年5月生まれの子*と親 ☎30組 申し込み順	6日=これからの発達を考えよう、赤ちゃんと遊びましょう 20日=離乳食の進め方、お口のケアと相談タイム	
赤ちゃん教室 「12か月児」	18日(休) 9時30分~11時	30年12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	10日(火) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分 11日(水) 9時30分~10時45分	30年5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
「3歳児」健康診査	11日(水) 13時~14時30分 12日(木) 9時30分~10時45分、 13時~14時30分	28年11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	2日(月)、16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	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か月 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 持母子健康手帳、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	

### 市民健康教室

100とまチョップポイント

☎健康支援課  
☎(32)6407

とき	ところ	内容	その他
12日(休) 13時から	医師会館	転倒による骨折の予防~コツコツ運動習慣~ ※ヘルシーメニューの試食あり(80食限定)	直接会場へ

### 対がん協会のがん検診

100とまチョップポイント

☎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	★令和2年1月18日(出) 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送迎バスで送迎	北海道対がん協会	50人	19日(休)までに健康支援課へ(申し込み順)

### 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

診療時間 | 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

### とまこまい医療介護連携センター

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

☎「医療と介護の相談窓口」  
☎(37)0177