

保健所の相談・検査をご利用ください 問い合わせ 苫小牧保健所 ☎0144-34-4168

相談・検査の名称	内容	日程	受付・予約
医療相談	保健・医療・福祉などの相談	毎週 月～金※祝日除く	随時受付
女性の健康相談	妊娠、出産、子育てなど女性の心身の相談	1月20日 月	予約：苫小牧保健所 ☎0144-34-4168
こころの健康相談	こころの病気・思春期の不応などとの相談	1月20日 月	
肝炎ウィルス検査	感染が疑われる方は無料(要事前確認)	1月7日 月	
骨髄バンク登録	登録の基準があります	1月7日 月、21日 月	
HTLV-1抗体検査	検査日の10日前までに予約してください	1月21日 月	
HIV検査(エイズ相談)	無料、匿名検査(要事前確認)	1月7日 月、8日 月、21日 月	予約：エイズ専用電話 ☎0144-35-7474

1月の日曜・祝日当番医 診療時間：9時～17時

日程	区分	病院名	住所(苫小牧市)	電話(0144)
1日(水祝)	内科系	とまこまい北星クリニック	拓勇東町4-4-6	57-8000
	外科系	こうよう泌尿器科クリニック	光洋町4-6-13	82-8620
2日(木祝)	内科系	苫都病院	若草町5-10-21	34-2135
	外科系	にしん泌尿器科クリニック	日新町2-6-43	71-1100
3日(金祝)	内科系	桜木ファミリークリニック	桜木町2-25-1	71-2351
	外科系	三上外科整形外科	元中野町3-8-14	33-7815
5日(日)	内科系	波岡内科消化器科クリニック	東開町4-20-18	51-2811
	外科系	勤医協苫小牧病院	見山町1-8-23	72-3151
12日(日)	内科系	いちむら小児科医院	ときわ町5-18-5	67-1111
	外科系	同樹会苫小牧病院	新中野町3-9-10	36-1221
13日(月祝)	内科系	たかやなぎ小児科	日新町2-7-8	71-2115
	外科系	苫小牧泌尿器科・循環器内科	明野新町2-1-12	57-2455
19日(日)	内科系	とまこまいこどもクリニック	住吉町1-2-8	33-1050
	外科系	苫小牧日翔病院	矢代町2-9-13	72-7000
26日(日)	内科系	沖医院	旭町4-4-15	32-8870
	外科系	アーク整形外科クリニック	ときわ町3-15-34	68-6111

苫小牧市夜間休日急病センター

夜間・休日・年末年始は急病センターも診察を受け付けています。  
診療科目 内科・小児科  
住所 苫小牧市旭町2-9-2  
電話 0144-32-0099  
平日 19時～翌朝7時  
診療時間 土曜日 14時～翌朝7時  
休日 9時～翌朝7時

北海道救急医療・広域災害情報システム

近くの医療機関などが検索できます  
http://www.qq.pref.hokkaido.jp  
☎0120-20-8699  
☎011-221-8699(携帯・PHSから)

子育て支援センター  
1月のよてい

問い合わせ・予約・相談

厚真子育て支援センター ☎27-2438 京町152(こども園つきみに併設)  
厚南子育て支援センター ☎28-3155 上厚真258-7(宮の森こども園に併設)

子育て講座 親子ヨガ

日時：1月21日(火) 10時～11時  
場所：厚真子育て支援センター  
内容：親子でできる簡単ヨガ  
服装：動きやすい服装  
持ち物：汗拭きタオル、ドリンク、ヨガマット(ある方のみ)  
※申し込みは1月14日(火)までに厚真子育て支援センターへ

おはなしのびっこ・アウトメディア講座③

日時：1月23日(木) 10時～10時45分  
場所：厚真子育て支援センター  
内容：絵本の読み聞かせ・アウトメディアに関するミニ講座「電子メディア依存にならないために」

子育て講座 離乳食アレンジ講座

ワンパターンになりがちな離乳食のレシピを増やしませんか？  
日時：1月22日(水) 10時～11時  
場所：厚南子育て支援センター  
内容：少ない食材を工夫して月齢別の離乳食を作ります。  
持ち物：スプーン・手拭き  
※申し込みは1月16日(木)までに厚南子育て支援センターへ

Hello えいご・えいごであそぼう

10時～10時30分  
各センターで毎月2回程度、ALTの先生と遊びを通して英語に触れる事ができます。興味のある方は各センターにお問い合わせください。

・自由開放 ・子育て相談(※要事前連絡) …月曜～金曜日 9時～12時、13時～15時  
・サークル活動(※予約制) …月曜～金曜日 13時～15時

健診・相談

乳幼児相談

対象 平成30年11月10日～令和元年11月9日生まれ(生後2カ月～14カ月)のお子さんと保護者  
とき 1月9日(木)10時～11時15分(受付)  
ところ 厚真子育て支援センター  
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

①3歳児健診 ②1歳6カ月児健診

対象 ①平成28年8月19日～平成29年1月15日生まれのお子さんと保護者  
②平成30年3月12日～令和元年7月15日生まれのお子さんと保護者  
とき・ところ 1月15日(水) 総合ケアセンターゆくり  
受付 個別にご案内します  
持ち物 母子健康手帳、歯の健康ノート、アンケート、歯ブラシ、早朝尿(①のみ)

総合がん検診(胃・大腸・乳・子宮・前立腺がん検診)

対象/料金 胃…40歳以上/1500円  
大腸…40歳以上/500円  
乳…40歳以上で昭和偶数生まれ/2000円(50歳以上は1500円)  
子宮…20歳以上で昭和号偶数・平成奇数生まれ/1500円  
前立腺…50歳以上/500円  
とき・ところ 1月17日(金)札幌がん検診センター(送迎あり)  
12月17日(火)までに町民福祉課 健康推進グループへ  
申し込み

献血

とき・ところ 1月30日(木)  
総合ケアセンターゆくり  
(9時30分～11時45分、13時15分～14時45分)  
厚南会館(15時30分～16時30分)

予防接種

予防接種について  
<共通事項>

接種できる日

毎週 月・水・金曜日

受付 町民福祉課 健康推進グループ(接種当日)

接種場所 あつまクリニック

持ち物 印鑑、母子健康手帳(19歳まで)

◎ 予約が必要な予防接種

小児マヒ(ポリオ)

対象 生後3～90カ月未満  
※生ポリオワクチン(2回)および四種混合ワクチンをすでに受けている場合は不要  
標準的な接種時期 (初回)生後3～12カ月に3回  
(追加)初回後12～18カ月後に1回  
予約先 町民福祉課 健康推進グループ  
※1週間前までに予約してください

BCG

対象 生後5カ月～1歳未満  
予約先 あつまクリニック  
※1週間前までに予約してください

おたふくかぜ(任意)

対象 1～3歳未満  
※任意の予防接種ですが町独自の助成により無料  
※すでに罹患済みの場合は対象外  
予約先 あつまクリニック

◎ 随時受け付けている予防接種

B型肝炎

対象 生後2カ月～1歳未満  
標準的な接種時期 (初回)27日以上あけて2回  
(追加)1回目終了後から20～24週あけて1回

小児肺炎球菌

対象 生後2～60カ月未満  
標準的な接種時期 (初回)生後2～7カ月(27日以上あけて3回)  
(追加)生後12～15カ月(初回後60日以上あけて1回)

日本脳炎

対象 3～9歳  
※特例で20歳未満まで接種ができます。詳しくは町保健師にお問い合わせください  
標準的な接種時期 (1期初回)3歳：6～28日あけて2回  
(1期追加)4歳：1期初回終了後約1年あけて1回  
(2期)9歳：1回

ヒブ

対象 生後2～60カ月未満  
標準的な接種時期 (初回)生後2～7カ月(27日以上あけて3回)  
(追加)生後7～13カ月あけて1回

四種混合(ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオ)

対象 生後3～90カ月未満  
標準的な接種時期 (初回)生後3～12カ月に20～56日あけて3回  
(追加)初回後12～18カ月あけて1回

水痘(水ぼうそう)

対象 生後12～36カ月未満  
※すでに罹患済みの場合は対象外  
標準的な接種時期 (初回)生後12～15カ月未満に1回  
(追加)初回後6～12カ月後に1回

MR混合(麻しん・風しん)

対象 ①生後12～24カ月までのお子さん  
②平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれのお子さん(小学校就学前の1年間)

問い合わせ 町民福祉課 健康推進グループ ☎26-7871  
予約・受付 京町165-1(総合ケアセンターゆくり内)  
(受付時間 9時～11時30分、14時～16時30分)

あつまクリニック ☎27-2422  
京町15(受付時間 9時～11時30分、14時～16時30分)