

1月ほけんのページ

●乳幼児健診など

▶問診票・母子健康手帳を持参してください。

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆4か月児健診 対象者には個別通知します	16日(火) ※バスタオル持参	保健センター 問健康増進課 ☎51-6792
◆1歳6か月児健診 対象者には個別通知します	17日(水)	
◆2歳児発達健診 対象者には個別通知します ★歯科診察で「フッ化物歯面塗布」を実施しています。	18日(木)	
◆3歳児健診 対象者には個別通知します	9日(火)	
◆子どものこころの相談 小・中・高校生	25日(木)14:00～ ※18日(木)までに要予約	
◆ほっとマミーサロン 妊娠を考えている女性 妊婦や生後8カ月までの乳児 をもつお母さんと家族	◆おっぱいケア 親子ふれあい遊び 22日(月) 13:30～15:30 定員8組	市民交流プラザ 「トワレ」 問健康増進課 ☎51-6797
◆パパママ教室 妊婦とその家族	◆妊娠期コース 沐浴・妊婦体験 14日(日) 9:30～11:30	保健センター 問健康増進課 ☎51-6797

※1歳6か月児・2歳児・3歳児健診の対象者は、歯みがきを済ませてから受診してください。
※発熱や体調不良、感染症治療中のときは、翌月以降に受診してください。
※第2中央駐車場をご利用の場合は、駐車無料券を配布します。

◆子育てをもっと楽しく！「とわだ子育てアプリ」



とわだ子育てアプリ

検索



●各種相談

内容	とき	ところ・問い合わせ
◆栄養相談 栄養・食生活に関する相談 を希望する人	11日(木) 9:30～・10:20～ 11:10～・13:15～ 14:05～・14:55～ ※9日(木)までに要予約	保健センター 問健康増進課 ☎51-6791
◆もの忘れ相談 もの忘れや認知症の不安が ある65歳以上の人・家族	17日(水) 14:00～15:00 ※12日(金)までに要予約	市役所本館2階 会議室1 問高齢介護課 ☎51-6720
◆療育相談 首すわり、おすわり、歩き 始めが遅い気がするなど発 育や発達について心配のあ るお子さんの家族	24日(水) 9:00～11:30 ※要予約	上十三保健所 問☎23-4261
◆B型・C型肝炎検査(※) 過去にB型・C型肝炎ウイ ルス検査を受けたことがな い人	9日(火)、24日(水) 13:00～13:30 ※要予約	
◆精神保健福祉相談 心の悩みや病気に関する相 談を希望する人	17日(水) 13:00～14:00 ※要予約	上十三保健所 エイズ専用 問☎23-8450
◆HIV(エイズ)に関する相談 感染の心配やエイズに関する 相談を希望する人	9日(火)、24日(水) 13:30～14:30 ※要予約	

(※)40歳以上の市民は市の健診でも検査ができます。
詳しくは健康増進課(☎51-6790)へお問い合わせください。

●献血のお知らせ

問健康増進課☎51-6790

実施予定日	時間	場所
3日(水)	10:00～12:00	イオンスーパーセンター十和田店
	13:30～16:00	
13日(土)	10:00～12:00	青森県十和田合同庁舎
	13:30～16:00	
19日(金)	10:00～12:00	青森県十和田合同庁舎
20日(土)	10:00～12:00	ユニバース十和田東店
	13:30～16:00	
24日(水)	10:00～12:00	十和田市役所
	13:30～16:00	



●こころと暮らしの相談会

問健康増進課☎51-6791

問題解決に向け、生活困窮者自立相談支援員などと保健師が対応します。一人で悩まず、どんな些細なことでもお話しください。

※予約不要です。直接おいでください。

対象 こころや経済・生活についての悩みを相談したい人

とき 1月22日(月) 午後5時～8時

ところ 保健センター

●休日当番医

問健康増進課☎51-6790

1日(月)	十和田北クリニック(元町東5丁目8-54)	☎21-3741
2日(火)	小嶋外科胃腸科医院(西三番町15-41)	☎23-2666
3日(水)	十和田外科内科(穂並町1-5)	☎22-5151
7日(日)	さとの整形外科クリニック(東十一番町7-17)	☎21-5885
8日(月)	十和田泌尿器科クリニック(元町東1丁目3-8)	☎22-7340
14日(日)	阿部クリニック(東三番町9-66)	☎25-1122
21日(日)	十和田第一病院(東三番町10-70)	☎22-5511
28日(日)	岡本整形外科クリニック(稲生町2-22)	☎20-1101

▶診療時間 午前9時～午後5時 ※詳しくはお問い合わせください。

▶医療機関により規模や診療科が異なるため、症状などによっては診察できない場合がありますのでご了承ください。

▶子どもの症状で、受診すべきかわからないときは小児救急電話相談#8000(ダイヤル回線・公衆電話からは017-722-1152)へお問い合わせください。

▶急を要さない場合は、平日の診療時間内に受診をお願いします。休日は受診できる医療機関が限られ、平日以上に混雑する場合があります。