

- ・乳幼児健康相談(母子健康手帳持参)  
4日(火)/受付10:00~10:30/老人いこいの家
- ・乳幼児健康診査(対象:当日で9~10か月児、1歳6か月~2歳未満児、3~4歳未満児/個別通知有)  
20日(木)/受付12:30~13:30/老人いこいの家

## ▼留辺薬自治区

- ・母子健康手帳交付  
毎週(月)(祝除く)/9:00~15:00/留辺薬総合支所相談室
- ・乳幼児健康相談(母子健康手帳持参)  
5日(水)/9:30~12:00/留辺薬子育て相談センター
- ・2歳児健康相談(母子健康手帳持参)  
12日(水)/9:30~12:00/留辺薬子育て相談センター
- ・乳幼児親子のための保育園開放  
11日(火)/10:00~11:00/温根湯温泉保育園  
18日(火)/10:00~11:00/さかえ保育園

## 講座・教室など

### ▼端野自治区(端野保健福祉課☎56-4005)

- ・いつまでも健康教室(1~2回目/事前予約制)  
12日(水)・13日(木)/10:00~11:30/端野町公民館
- ・からだ見直し講座(10回目/事前予約制)  
4日(火)/18:30~20:40/端野総合支所
- ・脳とからだいきいき教室(12~14回目/事前予約制)  
7日(金)・14日(金)・21日(金)/10:00~11:30/屯田農村生活センター
- ・のんたクラブ(精神保健/事前予約制)  
18日(火)/10:00~14:00/端野町公民館

### ▼常呂自治区(常呂保健福祉課☎(0152)54-2114)

- ・すずらんサークル  
6日(木)/10:00~14:00/キッチンスタジオオウえる
- ・脳とからだいきいき教室(11~14回目/事前予約制)  
5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)/10:00~11:30/南町会館

### ▼留辺薬自治区(留辺薬保健福祉課☎42-2426)

- ・竹の子親交会(精神保健/事前予約制)  
19日(水)/10:00~14:00/留辺薬町公民館
- ・からだ見直し講座(4~6回目/事前予約制)  
4日(火)・11日(火)・18日(火)/19:00~20:30/留辺薬町公民館
- ・脳とからだいきいき教室(13~16回目/事前予約制)  
6日(木)・20日(木)・27日(木)/10:00~11:30/はあとふるプラザ  
13日(木)/10:00~11:30/留辺薬町公民館

## こころの相談・酒害相談

- ・精神保健相談・こころの健康相談(前日17時まで予約制)  
19日(水)/受付13:30~15:30/北見保健所(☎24-4137)
- ・酒害相談  
2日(日)・12日(水)・16日(日)/受付13:00~15:00/総合福祉会館  
5日(水)・19日(水)・26日(水)/受付19:00~21:00/総合福祉会館
- ・でんわ酒害相談  
随時相談/北見断酒会(☎22-7464/☎090-5073-1757)

## 健診日程・健康相談など



### 母と子の健康

#### ▼北見自治区

- ・母子健康手帳交付  
毎週(月)・(水)・(金)(祝除く)/受付9:00~11:00/保健センター
- ・乳幼児健康相談(母子健康手帳持参)  
毎週(月)(祝除く)/受付9:00~11:00・13:00~15:00/保健センター  
臨時開設 25日(火)/受付9:00~11:00/保健センター
- ・夜間乳幼児健康相談(事前予約制☎23-8101)  
18日(火)/受付18:00~19:30/保健センター
- ・9~10か月児健康診査  
(対象:当日で9~10か月児/バスタオル・母子健康手帳持参)  
4日(火)・18日(火)/受付12:00~12:30/保健センター
- ・1歳6か月児健康診査  
(対象:当日で1歳6か月児~2歳未満児/母子健康手帳持参)  
11日(火)・27日(木)/受付12:00~12:30/保健センター
- ・3歳児健康診査  
(対象:当日で3~4歳未満児/母子健康手帳持参)  
6日(木)・20日(木)/受付12:00~13:00/保健センター
- ・乳幼児親子のための保育園開放  
11日(火)/中央保育園・高栄保育園 12日(水)/西保育園  
18日(火)/東保育園・小泉保育園 26日(水)/とん田保育園  
全園ともに10:00~

#### ▼端野自治区

- ・母子健康手帳交付  
毎週(月)(祝除く)/9:00~15:00/端野総合支所健康相談室
- ・乳幼児健康相談(母子健康手帳持参)  
毎週(月)(祝除く)/9:00~15:00/端野総合支所健康相談室
- ・9~10か月児健康診査  
(対象:当日で9~10か月児/バスタオル・母子健康手帳持参)  
4日(火)・18日(火)/受付12:00~12:30/保健センター
- ・1歳6か月児健康診査  
(対象:当日で1歳6か月児~2歳未満児/母子健康手帳持参)  
11日(火)・27日(木)/受付12:00~12:30/保健センター
- ・3歳児健康診査  
(対象:当日で3~4歳未満児/母子健康手帳持参)  
6日(木)・20日(木)/受付12:00~13:00/保健センター
- ・6~7か月児健康相談  
(対象:当日で6~7か月児/バスタオル・母子健康手帳持参)  
17日(月)/受付13:00~13:15/端野総合支所健康相談室
- ・2歳児健康相談  
(対象:当日で2~3歳未満児/母子健康手帳持参)  
6日(木)/受付9:15~9:30/端野町公民館

#### ・乳幼児親子のための保育園開放

12日(水)/10:00~/端野中央保育園

#### ▼常呂自治区

- ・母子健康手帳交付  
毎週(月)(祝除く)/9:00~15:00/常呂総合支所保健福祉課

## 12月の日曜・祝日等当番医



### ◆診療時間

内科・外科系 / 9時～17時 歯科 / 9時～13時  
留辺蘂 / 8時30分～12時30分

※急な変更もありますので、当日の新聞などでご確認ください。端野・常呂自治区の当番医はありません

2日(日)

**内科系** みずもと小児科(春光町2丁目155-6 ☎69-8222)  
**外科系** 末松整形外科医院(桂町1丁目206-25 ☎69-2730)  
**歯科** たにぐち歯科クリニック

(桜町6丁目2-4 スーパーアークス桜町店内 ☎69-8800)  
**留辺蘂** おのでら医院(栄町84-1 ☎42-3111)

9日(日)

**内科系** 大内医院(北2条西3丁目16 ☎24-0001)  
**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)  
**歯科** おおの歯科(泉町4丁目2-12 ☎31-8148)  
**留辺蘂** 木村内科小児科医院(東町35-1 ☎67-2080)

16日(日)

**内科系** さこう・リハビリクリニック(北5条西4丁目7-1 ☎23-3709)  
**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)  
**歯科** 加藤歯科医院(北6条西5丁目11 ☎24-4618)  
**留辺蘂** おんねゆ診療所(温根湯温泉440-1 ☎45-2340)

23日(日)

**内科系** 酒井内科クリニック(高栄東町4丁目1-11 ☎32-7536)  
**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)  
**歯科** 藤沢歯科医院(栄町1丁目8-3 ☎31-2222)

24日(月)

**内科系** 藤江内科クリニック(三楽町134-1 ☎32-7303)  
**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)

29日(土)

**歯科** 小野歯科診療室(末広町173-13 ☎68-1500)

30日(日)

**内科系** 松原医院(双葉町2丁目2-5 ☎32-6078)  
**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)  
**歯科** 若原歯科(末広町637-15 ☎61-6480)

31日(月)

**外科系** 休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)  
**歯科** 南大通り歯科クリニック(とん田東町471-12 ☎57-4181)

※23日・30日の留辺蘂自治区当番医はありません

## 夜間診療(年中無休)

休日夜間急病センター(北6条西2丁目1 ☎25-0099)では、19時～翌朝7時の間、夜間診療(内科・小児科)を行っています。急な発熱や腹痛などで受診を希望される方は、事前にお問い合わせください。

## 健康相談

### ▼北見自治区

- ・成人・女性健康相談  
毎週(月)(祝除く) / 受付13:00～15:00 / 保健センター
- ・夜間成人健康相談(事前予約制 / 健康推進課 ☎23-8101)  
18日(火) / 受付18:00～20:00 / 保健センター

### ▼端野自治区

- ・成人・女性健康相談  
毎週(月)(祝除く) / 9:00～15:00 / 端野総合支所健康相談室

### ▼常呂自治区

- ・成人・女性健康相談  
毎週(月)(祝除く) / 9:00～15:00 / 常呂総合支所保健福祉課

### ▼留辺蘂自治区

- ・成人・女性健康相談  
毎週(月)(祝除く) / 9:00～15:00 / 留辺蘂総合支所相談室

## がん検診・エキノコックス症検診

胃・肺・大腸がん検診(4月1日現在で満40歳以上の市民の方)  
エキノコックス症検診(小学3年生以上で5年以上未受診の市民の方)

### ▼北見自治区(健康推進課 ☎23-8101)

- ・胃・肺・大腸がん検診  
1日(土)・2日(日) / 受付7:00～ / 保健センター  
3日(月) / 受付7:00～ / 美山地区住民センター
- ・エキノコックス症検診  
1日(土) / 受付7:00～10:30 / 保健センター

## くらしの相談など

- ・定例行政相談  
7日(金) / 14:00～16:00 / まちきた大通ビル4階会議室
- ・特設人権相談  
19日(水) / 13:30～16:30 / まちきた大通ビル4階会議室
- ・不動産無料相談(事前予約制 ☎61-1565)  
(公益社団法人 北海道宅地建物取引業協会北見支部)  
25日(火) / 13:30～15:00
- ・釧路司法書士会北網支部「無料法律相談会」  
【事前予約制 / ☎0800-800-3946(フリーダイヤル) / 1人50分以内】  
19日(水) / 18:10～20:00 / 芸術文化ホール
- ・交通事故巡回面接相談(事前予約制)  
12日(水) / 13:00～16:00 / 北見交通安全研修センター  
(10日(月)まで予約受付 / オホーツク総合振興局 ☎0152-41-0627)
- ・ギャンブル依存の相談(ギャンブル依存自助グループ・GAオホーツク北見)  
毎週(木) / 19:00～20:30  
随時相談 / 20:00～22:00 / ☎090-6444-2456
- ・普通救命救急講習会(AED)【事前予約制 ☎33-3733】  
9日(日) / 18:00～21:00 / 消防本部4階研修室