

休日や平日夜間に急に体の具合が悪くなったら…？ 次の医療機関で受診できます。

山陽小野田市急患診療所 【一次診療所】 旭町(小野田保健センター併設) ☎ 84-3632	内 容		開設日	診療時間
	平日夜間	内科(中学生以上)	月～金(祝日を除く)	19:00～22:30
	小児科休日	小児科	日曜日・祝日	9:00～12:00 13:00～17:00

休日応急 担当医	小野田医師会 (9:00～17:00)		厚狭郡医師会 (9:00～17:00)
	内 科	外 科	
▶ 11/ 6(日)	中村内科胃腸科医院 日の出四丁目 ☎ 84-3131	いとう眼科クリニック 日の出二丁目 ☎ 81-1166	あいべ内科クリニック 宇部市船木茶屋 ☎ 69-2678
▶ 11/13(日)	稲本内科医院 掃山二丁目 ☎ 81-1128	ねもと皮膚科クリニック 掃山一丁目 ☎ 81-3888	あさひクリニック 殿町三 ☎ 71-0148
▶ 11/20(日)	早川内科医院 須恵西 ☎ 88-0008	耳鼻咽喉科タハラクリニック 掃山西 ☎ 81-1133	かわむら内科 渡場 ☎ 78-1433
▶ 11/23(祝)	中島内科在宅診療所 日の出三丁目 ☎ 83-3910	松岡整形外科 北竜王町 ☎ 81-3818	くどうクリニック 宇部市万倉芦河内 ☎ 67-0903
▶ 11/27(日)	生協小野田診療所 掃山一丁目 ☎ 84-2533	瀬戸病院 稲荷町 ☎ 83-2292	てらい内科クリニック 末益 ☎ 71-0022
▶ 12/ 4(日)	伊藤医院 千代町一丁目 ☎ 83-2009	ジョイ皮膚科クリニック 中川六丁目 ☎ 81-4112	原田外科医院 森本 ☎ 76-3121

※受診できる医療機関を探したいときは、宇部・山陽小野田消防局情報指令課へ(☎ 21-2866)

【マタニティスクール】

出産までを快適に過ごし、楽しいマタニティライフを送るためにも参加してみませんか。

- 対象 妊婦とその夫(家族も参加可)
- ところ 厚狭地区複合施設
- パパしっかり体験コース
- とき 12月 4日(日) 9:30～11:30
- 内容 赤ちゃんをお風呂に入れよう、リラクゼーション、知って得する母子保健サービス
- 持ってくるもの

母子健康手帳、運動ができる服装

【小野田医師会 健康ミニ講座】

- とき 11月 24日(木) 14:00～15:00
- ところ 中央図書館
- 演題
「慢性腎臓病(CKD)～新たな「国民病」～」
- 講師 森田 純一(森田病院院長)
- 聴講料 無料
- 定員 80人(先着順)
- 問い合わせ先 健康増進課

※講座修了後、希望者には保健師による健康相談を行います。

【SOS おきよう体操をしよう！】

SOS おきよう体操は、「一日の始まり」「活動がはじまる」といった、目覚めをイメージさせる元気な曲調に合わせた振り付けとなっています。一人でも多くの人にこの体操を実践してもらうため、SOS かたつむりで行こう会が冊子を作成しました。

この冊子では、体操を覚えてもらうため、写真付きで動きを解説しています。動きには、竜王山への登山や寝太郎物語をイメージしたものもあり、体操のイメージがわかりやすいように、市内の名所や伝説なども合わせて解説しています。

冊子の配布や、体操の指導を希望する人は、お問い合わせください。

■冊子をダウンロードできます

SOS かたつむりで行こう会のホームページに掲載していますので、ご活用ください。
<http://soskatatumuri.web.fc2.com/>

●問い合わせ先

SOS 健康・情報センター
(健康増進課内 ☎ 72-3300)

SOS 健康フェスタで一緒に体操しよう！

