

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	診療時間 (9:00～17:00)	
	内 科	外 科
▶ 4/ 8(日)	はたもとクリニック 日の出三丁目 ☎ 83-5114	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221
▶ 4/15(日)	あさひクリニック 殿町三 ☎ 71-0148	久保整形外科医院 常盤町 ☎ 72-1711
▶ 4/22(日)	いのうえ内科 須恵一丁目 ☎ 81-1158	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137
▶ 4/29(祝)	長沢病院 中央一丁目 ☎ 83-3000	瀬戸病院 稲荷町 ☎ 83-2292
▶ 4/30(休)	吉武内科クリニック 加藤上 ☎ 73-0095	しおん内科外科クリニック 日の出三丁目 ☎ 83-1331
▶ 5/ 3(祝)	しらさわ内科クリニック 北竜王町 ☎ 81-2600	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221
▶ 5/ 4(祝)	むらた循環器内科 高須 ☎ 39-8660	河村医院 寝太郎町二 ☎ 72-0270
▶ 5/ 5(祝)	たみたに内科循環器科 寝太郎町一 ☎ 72-4970	おもて整形外科 日の出四丁目 ☎ 84-7000
▶ 5/ 6(日)	はりま内科胃腸科 目出 ☎ 83-2425	松岡整形外科 北竜王町 ☎ 81-3818

### 【「かたつむりで行こう会」会員募集】

「SOS健康づくり計画」の企画運営を行政と協働で推進しているSOS健康づくり計画運営委員会、通称「かたつむりで行こう会」の会員を募集しています。

会の中には、情報・スポーツ・スタイル・スマイル・企画の5つの部門があり、現在36人の会員が登録し、各部会では月1回程度、保健センターにある「SOS健康・情報センター」を中心に活動しています。興味のある人は「健康づくりはひとづくり・まちづくり」をテーマに、一緒に健康なまちづくりを考えてみませんか。

#### ■こんな活動をしています！

- ・ホームページの作成(情報)
- ・SOSおきよう体操の普及(スポーツ)
- ・老後の構え方講座の開催(スマイル)
- ・虫歯に関する紙芝居の読み聞かせ(スタイル)
- ・SOS健康・情報ステーションに関する記事の作成(企画)

#### ●問い合わせ・申込先

SOS健康・情報センター  
(☎ 72-3300)



### 【健康推進員養成講座の受講生を募集します】

“豊かな人生は健康から！”

自分のこころと身体に向き合い、仲間と一緒に学びながら、健康づくりの輪を広げてみませんか。

健康推進員は、地域での健康体操やウォーキングの開催、保健事業の紹介などの活動をしています。

●日程 時間はいずれも9:30～11:30

(6月は13:30～15:30, 9月・1月は9:30～12:30)

開催日	主な内容
6月14日(木)	医師講演会、知って得する市の保健事業
7月12日(木)	自分でできる健康・体力チェック
8月9日(木)	今日から始める生活習慣病予防
9月20日(木)	食事バランスガイドの活用、調理実習
10月11日(木)	効果的なウォーキング
11月8日(木)	地域を楽しくウォーキング
12月20日(木)	栄養バランスを考えた献立づくり
1月10日(木)	知ってほしい医療の現状、調理実習

※8回で1コースです。

- ところ 保健センター
- 定員 30人程度
- 受講料 無料(9月・1月は調理実習材料費1回400円)
- 申込期限 5月25日(金)
- 申込方法 窓口または電話にて申込み
- 問い合わせ・申込先 健康増進課