

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】 東高泊 1947-1 ☎ 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
▶ 1/ 6(日)	生協小野田診療所 掃山一丁目 ☎ 84-2533	ねもと皮膚科クリニック 掃山一丁目 ☎ 81-3888
▶ 1/13(日)	稲本内科医院 掃山二丁目 ☎ 81-1128	耳鼻咽喉科タハラクリニック 掃山西 ☎ 81-1133
▶ 1/14(祝)	山田循環器科内科 新生町 ☎ 83-8011	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221
▶ 1/20(日)	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137	おもて整形外科 日の出四丁目 ☎ 84-7000
▶ 1/27(日)	たみに内科・循環器科 寝太郎町一 ☎ 72-4970	田原耳鼻咽喉科医院 住吉本町一丁目 ☎ 83-3428
▶ 2/ 3(日)	吉武内科クリニック 加藤上 ☎ 73-0095	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221

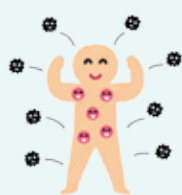
※受診できる医療機関を知りたいときは、宇部・山陽小野田消防局情報指令課へ (☎ 21-2866)

### 【インフルエンザを予防しましょう】

インフルエンザの流行は、1月下旬から2月上旬にピークを迎え、3月ごろまで続きます。家庭や職場などでの感染を予防し、感染の拡大を抑えましょう。

#### ■インフルエンザワクチンの接種

インフルエンザワクチンは、感染後の発症をある程度抑え、重症化を予防する効果があります。



#### ■外出後の手洗い

帰宅時、食事前、せきやくしゃみで口を押さえた後、鼻をかんだ後などは、石けんを十分泡立てて、指先から手首まで丁寧に流水で洗い流しましょう。消毒用アルコールの使用も、除菌効果があり有効です。



#### ■人混みや繁華街への外出を控える

高齢者や妊婦、寝不足の人などは、流行時の不要な外出を避けましょう。外出する場合は、不織布製マスクを使用し、できるだけウイルスに接触しないようにしましょう。

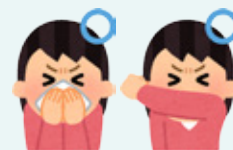


#### ■適度な湿度を保つ

室内にウイルスを長時間漂わせないために、こまめに換気をし、加湿器等で湿度を50～60%に保ち、空気の乾燥を防ぎましょう。

#### ■せきエチケットを守る

せきやくしゃみが出るときは、不織布製マスクを使用しましょう。マスクがない時は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆い、顔を他人に向けてないようにしましょう。



### 【小野田医師会 健康ミニ講座】

専門医から病気の予防や治療などの話が聞ける「健康ミニ講座」を開催します。

- とき 1月24日(木) 14:00～15:00
- ところ 中央図書館
- 演題 「よくある皮膚病の話」
- 講師 今村 隆志(新生皮膚科クリニック院長)
- 聴講料 無料
- 定員 80人(先着順)
- 問い合わせ先 健康増進課

※講座終了後、希望者には保健師による健康相談も行います。