

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

※「こどもの救急医療電話相談 # 8000」(IP 電話, ひかり電話などは☎ 083-921-2755)
毎日 19:00～翌朝 8:00 まで受付

休日応急 担当医	診療時間 (9:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 9/ 8(日)	あいべ内科クリニック 宇部市船木茶屋 ☎ 69-2678	井上医院 新生二丁目 ☎ 81-1213
▶ 9/15(日)	伊藤医院 千代町一丁目 ☎ 83-2009	おもて整形外科 日の出四丁目 ☎ 84-7000
▶ 9/16(祝)	生協小野田診療所 掃山一丁目 ☎ 84-2533	厚狭セントヒル泌尿器科 今市 ☎ 71-2111
▶ 9/22(日)	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
▶ 9/23(祝)	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
▶ 9/29(日)	稲本内科医院 掃山二丁目 ☎ 81-1128	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221

※「救急医療電話相談 # 7119」(IP 電話, ひかり電話などは☎ 083-921-7119) 毎日 24 時間受付
※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)

【老後の構え方講座】

- とき 10月 3日(木) 14:00～15:30
- ところ 保健センター
- 内容 講話「いつまでも元気に過ごすための『健腸^{けんちょう}長寿方法』を学びましょう!」、座談会
- 講師 山口ヤクルト販売(株)職員
- 受講料 無料 ●定員 50人 (先着順)
- 申込方法 電話
- 問い合わせ・申込先 SOSかたつむりで行こう会事務局 (健康増進課内 ☎ 71-1814)

【野菜たっぷり朝食レシピ募集】

野菜を使った簡単でおいしい「お手軽朝食レシピ」を募集します。3つの賞を用意していますので, ぜひご応募ください。

- 応募期限 9月 27日(金)
- 応募方法 窓口 (FAX, E-mail でも可)
- ※応募用紙は市ホームページからもダウンロードできます。
- 問い合わせ・提出先
ねたろう食育ネットワーク事務局 (健康増進課内 ☎ 71-1814 FAX 73-1879)

【9月10日は世界自殺予防デー】

世界自殺予防デーから始まる1週間(9月10日～16日)は自殺予防週間です。もし, あなたが悩みを抱えていたら, 相談してください。大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら, 声をかけてみてください。話をそらしたり, 否定したりせず, じっくりと話を聴き, 相談窓口を紹介するなどして, 温かく見守ってあげてください。



■こころの健康相談窓口

- いのちの情報ダイヤル“絆”
(県精神保健福祉センター内 ☎ 083-902-2679)
「生きることがつらい」と悩んでいる人や家族からの相談に応じます。受付は火・金曜日の9:00～11:30, 13:00～16:30です。
 - 心の健康電話相談
(県精神保健福祉センター内 ☎ 083-901-1556)
心の健康全般に関する相談に応じます。受付は月～金曜日の9:00～11:30, 13:00～16:30です。
 - 健康増進課 (☎ 71-1814)
 - 宇部健康福祉センター精神・難病班 (☎ 31-3200)
心と体の健康に関する相談に応じます。受付は月～金曜日の8:30～17:15です。
- ※いずれも祝日, 年末年始を除きます。