

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 (9:00～12:00、13:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 7/11(日)	西村内科医院 西高泊 ☎ 84-6080	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 7/18(日)	中島内科在宅診療所 日の出三丁目 ☎ 83-3910	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 7/22(祝)	しらさわ内科クリニック 北竜王町 ☎ 81-2600	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 7/23(祝)	いのうえ内科医院 須恵一丁目 ☎ 81-1158	おもて整形外科 日の出四丁目 ☎ 84-7000
▶ 7/25(日)	山田循環器科内科 新生町 ☎ 83-8011	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0950
▶ 8/ 1(日)	吉中内科医院 住吉本町一丁目 ☎ 84-5177	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355

※上記の市民病院では、医師会から派遣された医師が1次救急(軽症の患者)のみを診ます。
 ※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)

【健康推進員による健康講座】

■高泊校区

- 日時 7月19日(月) 9:45～12:00
- 場所 高泊公民館
- 演題・講師 「姿勢から考える腰痛の予防・改善」 道祖 悟史(理学療法士)
- 定員 25人(先着順)
- 申込期限 7月14日(水)

■須恵校区

- 日時 7月26日(月) 9:30～11:00
- 場所 須恵公民館
- 演題・講師 「体重管理で健康づくり～食生活と運動～」 管理栄養士、保健師
- 定員 30人(先着順)
- 申込期限 7月19日(月)

●申込方法 電話または窓口 ●参加料 無料
 ④・⑥健康増進課

【新しい生活様式における熱中症予防】

マスクの着用で熱中症のリスクが高まります。屋外で人と十分な距離があるときはマスクを外しましょう。また、こまめな水分補給や暑さに備え体調管理を行きましょう。

【ねたろう食育博士養成講座】

食育の大切さをPRする「ねたろう食育博士」の養成講座を開催します。これまでに小中学生を含む609人の「ねたろう食育博士」が誕生しています。楽しく体験しながら学んで、地域に食育の輪を広げませんか。

- 対象 市内在住の小中学生以上の人または在職・在学の人(小学生は保護者同伴)
- 日程 (時間はいずれも9:30～13:30)

高千帆公民館	厚狭地区複合施設
7月22日(祝)、8月8日(日)	8月22日(日)、25日(水) 9月12日(日)

※上記のいずれか1日を選んでください。

- 内容 塩分測定をしてみよう、お菓子のカロリーチェック、かむカムチェック体験、山陽小野田市の食材を食べよう!、食事のマナー講座、食エコ体験 ほか
- 定員 各回16人程度(先着順)
- 受講料 400円(食材料費)
- 持参するもの



- エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
 - 申込方法 電話または窓口(FAX、E-mailでも可)
 - 申込期限 各回とも前の週の金曜日まで
- ④・⑥健康増進課 (FAX) 39-5624