

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 (9:00～12:00、13:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 7/ 3(日)	むらた循環器内科 高須 ☎ 39-8660	河村医院 寝太郎町二 ☎ 72-0270
▶ 7/10(日)	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0950
▶ 7/17(日)	生協小野田診療所 掃山一丁目 ☎ 84-2533	岡野整形外科クリニック 高須 ☎ 83-0062
▶ 7/18(祝)	たみに内科・循環器科 寝太郎町一 ☎ 72-4970	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 7/24(日)	あいべ内科クリニック 宇部市船木茶屋 ☎ 69-2678	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 7/31(日)	てらい内科クリニック 桜一丁目 ☎ 71-0022	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355

※「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)

【健康推進員による健康講座】

- 日時 7月25日(月) 9:45～11:30 (受付 9:30～)
- 場所 高泊地域交流センター
- 内容 足の機能とケアの方法 & シューズの履き方選び方 (講義 & 実技)
- 定員 25人 (先着順) ●参加料 無料
- 申込期限・方法 7月21日(木)までに電話または窓口で申込み
☎・☒健康増進課

【老後の構え方講座】

- SOS かたつむりで行こう会スマイル部会が主催する講座です。講座では、薬剤師と山口東京理科大学生が薬に関する情報を教えます。
- 日時 8月4日(木) 14:00～15:30
 - 場所 保健センター
 - テーマ 「くすり・薬局についてもっと知ろう!～気軽に薬剤師・薬局に相談しよう～」
 - 定員 25人 (先着順) ●参加料 無料
 - 申込期限・方法 8月3日(水)までに電話または窓口で申込み
☎・☒健康増進課

【健康推進員養成講座】

- 対象 自分や地域の健康づくりに興味のある人
- 日時・内容

①	7月28日(木)	医師講演「知識は宝物♪知ろう!生活習慣病と予防方法」 講話「地域づくりについて」
②	8月23日(火)	あなたの食生活は大丈夫?、調理実習
③	9月15日(木)	運動実習(1) 有酸素運動 ほか
④	9月29日(木)	栄養バランスを考えた献立づくり ほか
⑤	10月27日(木)	国民健康保険の現状 地域を楽しくウォーキング
⑥	12月 2日(金)	がん予防、調理実習 ほか
⑦	12月15日(木)	こころの健康、運動実習(2)筋トレ ほか
⑧	1月19日(木)	教室のまとめ、修了証授与式

※時間は① 13:30～15:30、②⑥ 9:30～12:30、③④⑤⑦⑧ 9:30～11:30です。

※8回で1コースです。

※①の医師講演は公開講座です。どなたでも参加できます。

- 場所 厚狭地区複合施設 ●定員 30人 (先着順)
- 受講料 無料 (調理実習は1人400円)
- 申込期限・方法 7月22日(金)までに電話または窓口で申込み
☎・☒健康増進課