

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	受付時間
	平日夜間	内科(高校生以上)	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	小野田医師会		厚狭郡医師会
	内科	外科	
▶ 4/ 3(日)	伊藤医院 千代町一丁目 83-2009	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	はせがわ耳鼻クリニック 本町四 ☎ 71-1187
▶ 4/10(日)	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	河野内科 本町五 ☎ 71-0009
▶ 4/17(日)	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	あさひクリニック 殿町三 ☎ 71-0148
▶ 4/24(日)	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	たみに内科循環器科 寝太郎一 ☎ 72-4970
▶ 4/29(祝)	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	中野医院 宇部市船木下田 ☎ 67-0381
▶ 5/ 1(日)	吉中内科医院 住吉本町一丁目 ☎ 84-5177	森田病院 赤崎二丁目 ☎ 88-0137	田中としろう眼科 今市 ☎ 71-1046
▶ 5/ 3(祝)	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	河村医院 寝太郎二 ☎ 72-0270
▶ 5/ 4(祝)	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	山陽小野田市民病院 旭町 ☎ 83-2355	吉武医院 厚狭一丁目 ☎ 72-1110
▶ 5/ 5(祝)	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	耳鼻咽喉科伯野医院 寝太郎二 ☎ 73-0059

### 【健康体操】

4月11日(月)(9:30～11:00)	高泊福祉会館
4月19日(火)(9:30～11:00)	保健センター

●内容 健康チェック、市民健康体操、はつらつ山口健康体操など

※健康手帳、運動のできる服装、水分補給用の水やお茶をご用意ください。

### 【国体ダンス、市民健康体操体験会】

地域の健康推進員と一緒に“山口国体イメージソング”と“山陽小野田市オリジナル曲”に合わせて、楽しく体を動かしませんか。

●とき 5月13日(金) 9:30～11:30

●ところ 高千帆公民館

●定員 40人 ●申込先 保健センター

※健康手帳、運動のできる服装、体育館用シューズ、水分補給用の水やお茶をご用意ください。

### 【介護者・認知症高齢者を支える家族の集い】

#### ■介護者の集い

○とき 4月18日(月) 13:30～15:00

○ところ 中央福祉センター

#### ■認知症高齢者を支える家族の集い

○とき 4月19日(火) 13:30～15:30

○ところ 山陽総合福祉センター

#### 【個別健康教育(糖尿病予防)参加者募集】

4月から約半年間概ね月1回のペースで個別面接をとおして生活習慣を見直しましょう。

●対象 平成22年度特定検診において次のいずれかに該当する人(40～64歳)

・空腹時血糖値が100～125mg/dlの人

・HbA1cが5.2～6.0%の人

※インスリン注射または血糖値を下げる薬を服用している人、腹囲：男性85cm以上、女性90cm以上の人、BMI:25以上の人を除きます。

#### ●説明会

4月19日(火)(10:00～11:30)	小野田保健センター
-----------------------	-----------

4月20日(水)(10:00～11:30)	保健センター
-----------------------	--------

※どちらかにお申し込みください。

●定員 15人

●内容 食生活、生活活動、運動調査、個別面接による保健指導、血液検査

●費用 無料 ●申込期限 4月15日(金)

●申込先 保健センター

※ポリオ予防接種については、4月発行の「すこやか山陽小野田」をご確認ください。