

一次診療対象者	診療所	開設日・診療時間
小児 (中学生以下)	宇部市【休日・夜間救急診療所】 宇部市琴芝町二丁目 1-10 ☎ 31-1099 ※日・祝日の夜間は小児科当番医が 在宅で診療。詳しくはこちら▶ 	月～水・金 19:30～23:00、木・土 18:00～ 23:00、日・祝日・盆(8/14～16)、年末年始(12/30 ～1/3) 9:00～12:00・13:00～17:00

※夜間の急な病気やけが等で迷った場合は、救急医療電話相談(概ね15歳以上・24時間対応) # 7119 (IP電話、ひかり電話などは☎083-921-7119)をご利用ください。
※「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) 受付は19:00～翌朝8:00

休日応急 担当医	診療時間 (9:00～12:00、13:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 5/ 7(日)	てらい内科クリニック 桜一丁目 ☎ 71-0022	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0950
▶ 5/14(日)	吉中内科医院 住吉本町一丁目 ☎ 84-5177	井上医院 新生二丁目 ☎ 81-1213
▶ 5/21(日)	あさひクリニック 殿町三 ☎ 71-0148	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 旭町 ☎ 83-2355
▶ 5/28(日)	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
▶ 6/ 4(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

※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・山陽小野田消防局通信指令課へ (☎ 21-2866)

みんなでのばそう! 健康寿命 **スマイルエイジング**

【5月31日は世界禁煙デー・ 禁煙と健康について考えてみませんか?】

世界保健機構 (WHO) は、5月31日を世界禁煙デーと定め、日本では、世界禁煙デーの5月31日から1週間を禁煙週間と定めています。

●たばこの害をご存知ですか?

たばこの煙には、5,300種類以上の化学物質が存在し、その中の約70種類の物質に発がん性が指摘されています。



〈有害性のあるたばこの煙の中の三大有害物質〉

ニコチン **タール** **一酸化炭素**

●加熱式たばこの健康への影響

若い喫煙者に加熱式たばこを使用する人が多くなっています。加熱式たばこは、紙巻たばこに比べると有害物質が少ないというデータがありますが、まったく有害物質を含んでいないというわけではありません。そのため、紙巻たばこに比べて、病気のリスクが減るかどうかについては明らかにはなっていません。吐き出した喫

気にも有害な物質が含まれているので、受動喫煙による健康被害のリスクも考えられます。

●受動喫煙とは?

他人の喫煙による煙やその人が吐き出す煙(副流煙)を吸うことで、喫煙者本人だけでなく、受動喫煙も健康に悪影響を及ぼします。**肺がん、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、心筋梗塞、脳卒中、子どもの喘息、乳幼児突然死症候群等**の病気を発症するリスクを高めることがわかっています。

●禁煙を始めませんか?

●**健康相談**: 市が毎月実施しており、保健師に相談できます。日時等詳しくは18ページ「各種相談」をご覧ください。



●**禁煙外来**: 保険を適用して禁煙治療ができる医療機関や禁煙相談薬剤師が在籍する薬局に相談できます。県内の禁煙外来については、市ホームページをご覧ください。

☎健康増進課 (☎ 71-1814)

【市HP】 