

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	診療時間
	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	小野田市医師会 (9:00～17:00)		厚狭郡医師会 (9:00～17:00)
	内 科	外 科	
▶ 3/ 4(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	はせがわ耳鼻クリニック 本町四 ☎ 71-1187
▶ 3/11(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	扶老会クリニック 宇部市船木逢坂 ☎ 67-1167
▶ 3/18(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	田中としろう眼科 今市 ☎ 71-1046
▶ 3/20(祝)	西村内科医院 西高泊 ☎ 84-6080	山口労災病院 南中川町 ☎ 83-2881	中野医院 宇部市船木下田 ☎ 67-0381
▶ 3/25(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	たみに内科循環器科 寝太郎町一 ☎ 72-4970

【介護者・認知症高齢者を支える家族の集い】

日ごろの介護についての悩み、疑問などを一緒に話しあってみませんか。

※送迎については、社会福祉協議会(☎ 83-2344)にご相談ください。

■介護者の集い

○とき 3月19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 3月27日(火) 13:30～15:30

○ところ 山陽総合福祉センター

【健康体操】

●日程

3月12日(月)	高泊福祉会館
4月 3日(火)	小野田保健センター

※時間はいずれも9:30～11:00です。

●内容

健康チェック、SOSおきよう体操、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。

【こころの健康相談】

身体の健康と一緒に心の健康も大切にしましょう。次のような症状がある場合は、早めの相談または医療機関への受診をお勧めします。

下記の問い合わせ先でも相談を受け付けています。時間はいずれも8:30から17:15です。(土・日・祝日は除く)詳しくは、お問い合わせください。

🗣️ こんな症状があるときは…

- ① 疲れているのに眠れない日が続く
- ② 食欲がなく体重が減っている
- ③ だるくて意欲がわからない

●問い合わせ先

保健センター (☎ 71-1814)

高齢障害課 (☎ 82-1170)

山口県宇部健康福祉センター精神・難病班

(☎ 31-3200)

ひとりで悩まず、
まずは、
ご相談ください。

※マタニティスクールは、4月は開催しません。