

- ・救急車を呼ぶか迷ったら、まず…救急医療 ☎# 7119 (083-921-7119)
- ・夜間の子ども救急相談は……小児救急医療 ☎# 8000 (083-921-2755)

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	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) 9:00～17:00・19:00～22:00

休日応急 担当医	診療時間 (9:00～12:00、13:00～17:00)	
	内科	外科
▶ 5/ 6(休)	村重医院 須恵 1-12-10 ☎ 83-3706	井上医院 新生 2-4-2 ☎ 81-1213
▶ 5/11(日)	女性クリニックおがた 中央 3-6-30 ☎ 83-3859	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 東高泊 1863-1 ☎ 83-2355
▶ 5/18(日)	生協小野田診療所 掃山 1-17-20 ☎ 84-2533	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 東高泊 1863-1 ☎ 83-2355
▶ 5/25(日)	西村内科医院 西高泊 586-1 ☎ 84-6080	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 東高泊 1863-1 ☎ 83-2355
▶ 6/ 1(日)	しらさわ内科クリニック 北竜王町 10-10 ☎ 81-2600	山陽小野田市民病院 (医師会からの派遣) 東高泊 1863-1 ☎ 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。

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。

●加熱式たばこの健康への影響

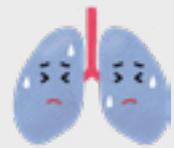
加熱式たばこは、紙巻たばこに比べると有害物質が少ないというデータがありますが、まったく有害物質を含んでいないというわけではありません。そのため、紙巻たばこに比べて、病気のリスクが減るかどうかについては明らかにはなっていません。



●受動喫煙とは？

他者の喫煙による煙を吸うことを言います。受動喫煙は喫煙をしない人の健康に悪影響を与えるため、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のようなリスクが高まります。

●COPD(慢性閉塞性肺疾患)：空気の通り道である気管支が炎症を起こし狭くなったり、気管支の先端にある酸素を取り込むための肺胞が炎症によって破壊されたりしてしまう病気です。この病気で恐ろしいのは、初期は無症状でゆっくりと進行し、しかももともとおりには治らないというところ。呼吸機能の低下が進み、酸素吸入療法なしには日常生活が送れなくなってしまいます。



●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22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。



【市HP】

☎健康増進課 (☎ 71-1814)