

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(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	

※平日夜間の内科診療の診察対象を「高校生以上」から「中学生以上」へ拡大しました。  
 ※受診されるときは、必ず健康保険証および福祉医療費受給者証(お持ちの人)を持参してください。

休日応急 担当医	小野田医師会 (9:00～17:00)		厚狭郡医師会 (9:00～17:00)
	内科	外科	
▶ 3/ 8(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	はせがわ耳鼻クリニック 本町四 ☎ 71-1187
▶ 3/15(日)	稲本内科医院 掃山中 ☎ 81-1128	小野田赤十字病院 須恵東 ☎ 88-0221	扶老会クリニック 宇部市船木逢坂 ☎ 67-1167
▶ 3/21(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	厚狭セントヒル泌尿器科 今市 ☎ 71-2111
▶ 3/22(日)	中村内科胃腸科医院 日の出四丁目 ☎ 84-3131	松岡整形外科 北竜王町 ☎ 81-3818	田中としろう眼科 今市 ☎ 71-1046
▶ 3/29(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	紫苑リハビリ内科クリニック 本町四 ☎ 71-1300

### 【大変なときこそ 体と心を大切に】

国は例年、1年で最も月別自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」としています。自殺に対する誤解や偏見をなくし、命の大切さや身近な人の危険を示すサイン等を理解してもらうことを目的としています。

悩みを抱えた人にとっては身近に相談できる人の存在が重要です。あなたの周囲に気になる人はいませんか？身近にいる人が「いつもと違うな」と感じたら、早めの相談または受診を勧めてください。

#### 《 周囲の気づく変化 》

- 以前と比べて表情が暗く、元気がない
- 体調不良の訴え(身体の痛みや倦怠感)が多くなる
- 仕事や家事の能率が低下、ミスが増える
- 周囲との交流を避けるようになる
- 遅刻、早退、欠勤(欠席)が増加する
- 趣味やスポーツ、外出をしなくなる
- 飲酒量が増える



#### ■こころの健康相談窓口

健康増進課 (☎ 71-1814)  
 高齢障害課 (☎ 82-1170)  
 宇部健康福祉センター精神・難病班  
 (☎ 31-3200)

※上記の相談窓口の時間はいずれも 8:30 から 17:15 までです。(土・日・祝日を除く)

#### ■自殺対策事業を行っています

市では自殺予防対策として、市内の事業所や自治会等に出向いて、自殺やうつ病に関する健康講座等を行っています。

ご希望の団体は、健康増進課までご連絡ください。日時・場所は調整します。

