

8月の 当番病医院

受診前に必ず電話してください。

当番病医院は変更の場合があるほか、症状によっては受診できない場合があります。
受診前に必ず、各病医院かテレホンサービス (Tel.0897-58-2200) で確認を。
※休日夜間急患センターの受付は、診療終了時間の**15分前**までとなります

診療日時		内科	外科	診療日時		内科	外科	
1 (木)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	17 (土)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		
2 (金)	19時～22時		村上記念病院 Tel.0897-56-2300	18 (日)	9時～18時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	村上記念病院 Tel.0897-56-2300	
3 (土)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		19 (月)	19時～22時		西条市民病院 Tel.0898-72-4111	
4 (日)	9時～18時	西条中央病院 Tel.0897-56-0300	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	20 (火)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
5 (月)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	西条市民病院 Tel.0898-72-4111	21 (水)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
6 (火)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	22 (木)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
7 (水)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	23 (金)	19時～22時		飯尾皮フ科泌尿器科 Tel.0898-64-5577
8 (木)	19時～22時			市立周桑病院 Tel.0898-64-2630	24 (土)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
9 (金)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	25 (日)	9時～18時	村上記念病院 Tel.0897-56-2300		
10 (土)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		26 (月)	19時～22時		今井クリニック Tel.0898-68-8118	
11 (日)	9時～18時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		27 (火)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
12 (月)	9時～18時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		28 (水)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	横山病院 Tel.0898-72-2121	
13 (火)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	29 (木)	19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
14 (水)	19時～22時		横山病院 Tel.0898-72-2121		30 (金)	19時～22時		飯尾皮フ科泌尿器科 Tel.0898-64-5577
15 (木)	9時～18時	市立周桑病院 Tel.0898-64-2630	西条中央病院 Tel.0897-56-0300	31 (土)	19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001		
16 (金)	9時～18時	西条中央病院 Tel.0897-56-0300	済生会西条病院 Tel.0897-55-5100	※小中学生の時間外受診時は、いったん一部負担金を支払い、 後日市役所で払い戻し手続きをしてください				

※小中学生の時間外受診時は、いったん一部負担金を支払い、後日市役所で払い戻し手続きをしてください

救急医療の適正利用を

救急車を呼ぶか迷ったら、以下に電話してください！

えひめ救急電話相談

#7119

フリーダイヤル
Tel.0120-79-7119
※現在「#7119」では一部
通話料が発生します

看護師など(医療の有資格者)が相談に応じ、不安を和らげ、適切な医療へ円滑につなぐ助言などを行います。
受付 365日24時間対応

子ども医療電話相談

#8000

または
Tel.089-913-2777

子どもの急な病気やけがなどについて、医師や看護師が相談に応じます。
受付 19時(土曜日13時、日曜日・祝日8時)～翌朝8時

そのほか、体調に異変を感じたら平日の診療時間内にかかりつけ医を受診するか、えひめ医療情報ネットやQ助など、便利なホームページや、アプリの活用を！



緊急性が高いときは、
ためらわずに119番！

意識がない、急な息切れ・動悸^{どうき}、激しい頭痛など、
緊急時は救急車(119番)を呼んでください！

糖尿病予防講座 参加者募集中！

予防が大切！生活習慣を見直そう



開催日・場所

○9月6日(金) 中央保健センター (オンライン受講あり)

○9月11日(水) 東予保健センター

時間 14時～15時

講師 金子由梨氏 (済生会西条病院医師)

申込方法 申込フォーム・電話から。

申込先 中央保健センター



ゲートキーパー養成講座(初級編) 参加者募集中！

大切な人に寄り添い、支えるために



対象 悩んでいる人の話を傾聴し、寄り添いたいという方

日時 8月30日(金) 13時30分～15時10分

内容 悩みを抱える人の話を聞くスキルを身に付けることで、
自殺予防を図ります。

申込方法

申込フォーム・電話から。

場所・申込先

中央保健センター



8月は「食品衛生月間」

夏場の食中毒を防ぐ3原則を徹底しよう

細菌やウイルスを……

●つけない

手や食材、まな板などは小まめに洗い消毒。加熱前の肉、魚の汁がほかの食品や調理器具に付かないように気を付ける。

●増やさない

冷たい料理は冷たいまま、温かい料理は温かいうちに食べる。作った料理やテイクアウト品は、常温での保管は避ける、できるだけ早く食べるなど細菌を増やさないための工夫をする。

●やっつける

肉や魚、加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱する。

問合せ 西条保健所

Tel.0897-56-1300



成人向け「健康栄養相談」(要予約)

○中央保健センター
8月5日(月) 13時30分～15時30分

○東予保健センター
8月20日(火) 13時30分～15時30分

○小松保健センター
8月29日(水) 9時30分～12時

申し込み 各保健センター



こころの相談 (要予約)

生活上の問題、治療、社会復帰など心の健康相談に精神科医師が応じます。

日時 8月29日(水) 14時30分～16時30分

場所・申し込み 中央保健センター



西条保健所無料相談

○エイズ血液検査・相談(匿名・無料)

月曜日(祝日除く) 10時～11時

○骨髄バンク登録(要予約)

月曜日(祝日除く) 9時～15時

○難病医療相談(要予約)

8月27日(火) 13時30分～15時30分

問合せ 西条保健所 Tel.0897-56-1300



認知症お困りダイヤル

物忘れが気になるなど「認知症ではないか？」と思ったら……。抱え込まず、地域の窓口にご相談ください。

受付時間 月～金曜日(祝日除く)
9時～17時

○地域包括支援センター西条北部(担当:玉津・西条・神拝) Tel.0897-55-5359

○地域包括支援センター西条南部(担当:飯岡・大町・神戸・加茂) Tel.0897-55-0630

○地域包括支援センター西条西部・小松(担当:氷見・橘・禎瑞・大保木・小松地区全域) Tel.0898-52-8221

○地域包括支援センター東予

(担当:東予地区全域) Tel.0898-66-5520

○地域包括支援センター丹原

(担当:丹原地区全域) Tel.0898-35-3427



絹かわなす: 1個 ミニトマト: 4個

青じそ: 4枚 麦みそ: 小さじ1

レモン: 1/2個 オリーブ油: 大さじ1

①なすを縦半分に切りピーラーで薄切り。
②ビニール袋に麦みそ、レモン汁、オリーブ油を入れ、①を入れて軽くもみ15分間置き、お皿に並べる。

③1/4に切ったトマトや干切りした青じそを盛り付ける。

