

12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
1 (日) 9時～18時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
2 (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
3 (火) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
4 (水) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
5 (木) 19時～22時		西条中央病院 Tel.0897-56-0300
6 (金) 19時～22時		済生会西条病院 Tel.0897-55-5100
7 (土) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
8 (日) 9時～18時	村上記念病院 Tel.0897-56-2300	
9 (月) 19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	飯尾皮フ科泌尿器科 Tel.0898-64-5577
10 (火) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
11 (水) 19時～22時		横山病院 Tel.0898-72-2121
12 (木) 19時～22時		今井クリニック Tel.0898-68-8118
13 (金) 19時～22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
14 (土) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
15 (日) 9時～18時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
16 (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
17 (火) 19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	

診療日時	内科	外科
18 (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
19 (木) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
20 (金) 19時～22時		飯尾皮フ科泌尿器科 Tel.0898-64-5577
21 (土) 19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
22 (日) 9時～18時	西条中央病院 Tel.0897-56-0300	村上記念病院 Tel.0897-56-2300
23 (月) 19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	今井クリニック Tel.0898-68-8118
24 (火) 19時～22時		市立周桑病院 Tel.0898-64-2630
25 (水) 19時～22時		横山病院 Tel.0898-72-2121
26 (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
27 (金) 19時～22時		休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
28 (土) 19時～22時	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001	
29 (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
30 (月) 9時～18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
31 (火) 9時～18時	済生会西条病院 Tel.0897-55-5100	休日夜間急患センター Tel.0897-52-2001
		西条中央病院 Tel.0897-56-0300

※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、体調に変化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、
激しい頭痛など、
緊急時は救急車(119番)を呼んでください！

参加者募集「できる！かわる！栄養講座」

楽しく食生活を見直してみませんか？



対象 食生活改善に興味がある市民
内容 保健師と栄養士による講義と調理実習。

参加費 各回500円(材料費)

申込期間 各開催日の1カ月前から1週間前まで

申込先 中央・東予保健センター



開催日	テーマ	場所
12月19日(木)	知らない間に血管がボロボロに！ ～脂質異常症って知っていますか？～	東予保健センター
1月24日(金)	西条市の郷土料理を繋ぎましょう	中央保健センター
1月31日(金)		東予保健センター

参加者募集「ヘルシーダイエット講座」

気になる体型、今こそ改善！



場所・日時

○中央保健センター 1月21日(火)、2月4日(火)・25日(火)

○東予保健センター 1月8日(水)・29日(水)、2月12日(水)

時間・内容

○初回：9時30分～15時

午前は管理栄養士による生活習慣チェックや講義、調理実習。
午後は運動指導士による簡単エクササイズの実践など。

○2・3回目：13時30分～15時 運動指導士による運動の実践。

講師 中央：能智智富美氏 東予：西山千恵子氏

定員 各20人程度(先着順) 参加費 500円(初回のみ昼食代)

申込期限

初回開催日の1週間前まで

申込先 中央保健センター

※今年の6・7月に開催したヘルシーダイエット講座に参加した方は参加できません



予防接種を受ける機会を逃した方へ

12月のHPVワクチン集団接種



「子宮頸がん予防HPVワクチン予防接種」を受ける機会を逃した方を対象に、毎月集団接種を実施しています。

対象 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの17～27歳

日時 12月12日(木)・19日(木) 14時30分～16時30分

場所 西条中央病院 定員 各日32人(先着順)

申込方法 市ホームページから。

問合せ 中央保健センター



成人向け「健康栄養相談」(要予約)

○中央保健センター
12月2日(月) 13時30分～15時30分

○東予保健センター
12月9日(月) 13時30分～15時30分

○小松保健センター
12月23日(月) 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 12月24日(火) 14時～16時

場所 東予保健センター

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)

12月24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

物忘れがあるなど「認知症ではないか？」
と気になる方は、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



栄養ワンポイント かぼちゃを食べて 免疫力アップ！

日本には、冬至にかぼちゃを食べるといふ伝統的な風習があります。かぼちゃはビタミンAやビタミンC、食物繊維が豊富で免疫力を高めるほか、体を温める効果も期待されます。風邪やインフルエンザが流行するこの季節にぴったりですね。冬至の日には、ぜひかぼちゃ料理を楽しみながら、その意味を考えてみてください。

