参加者募集「市民健康講座」

腎臓ケアで健康を守ろう！

申込は▼

場所・日時
西部総合福祉センター　10月29日(水)　13時30分～15時30分
総合福祉センター　11月26日(水)　13時30分～15時30分
内容・講師
○腎臓が悪いってどういうこと？
みんなが知っておきたい腎臓の話
莖田昌敬氏（愛媛大学医学部附属病院　第二内科医師）
○がんばる腎臓を守る！　食習慣
寺町美鈴（保健センター管理栄養士）
申込方法　中央・西部保健センターへ電話、または申込フォームから。
申込期限　各開催日の３日前

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？

申込は▼

対象　食生活改善に興味がある市民　**開催日**　10月24日(金)
時間　９時30分～13時　**場所**　西部保健センター
内容　保健師と栄養士が脂質異常症についての講義と調理実習を行います。
参加費　各回500円（材料費）
申込期限　10月17日(金)
申込先　中央・西部保健センター

あなたとあなたの大切な人のいのちを守る

９月10日～16日は自殺予防週間です

詳細は▼

１人で抱え込まず、相談してみませんか？　市ホームページの「こころといのちのページ」では、相談窓口を紹介しています。予防週間中は市内各図書館でロビー展を開催します。ぜひご覧ください。

利用者の方はご注意ください

総合福祉センター ９月27日(土)、28日(日)休館

受水槽と貯水槽の清掃業務および電気工事に伴い、断水・停電となるため、臨時休館します。
ご理解とご協力をお願いします。
問合せ　中央保健センター

成人向け「健康栄養相談」（要予約）
保健師・管理栄養士による生活習慣の改善や身体の状態に合わせた食事のアドバイス。
○中央保健センター　９月９日(火)
○西部保健センター　９月26日(金)
○丹原サービスセンター　９月１日(月)
時間　13時30分～15時30分
申込先　中央・西部保健センター

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　９月30日(火)　14時～・15時～
場所・申し込み　西部保健センター

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
○難病医療相談（要予約）
９月24日(水)　13時30分～15時30分
○骨髄バンク登録（要予約）
月曜日（祝日除く）　９時～15時
問合せ　西条保健所　TEL0897－56－1300

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）　TEL0897－55－5359
○**地域包括支援センター西条南部**（担当：飯岡・大町・神戸・加茂）　TEL0897－55－0630
○**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）　TEL0898－52－8221
○**地域包括支援センター東予**（担当：東予地区全域）　TEL0898－66－5520
○**地域包括支援センター丹原**（担当：丹原地区全域）　TEL0898－35－3427

栄養ワンポイント
ぼたもちとおはぎの違い、ご存じですか？

ぼたもちとおはぎは日本の春と秋に登場するよく似た和菓子です。ぼたもちは春のお彼岸に咲く牡丹の花、おはぎは秋のお彼岸に咲く萩の花に見立てられています。また、ぼたもちはこしあん、おはぎはつぶあんを使うといわれることもあります。小豆の赤色には魔除けの効果があり、餅には五穀豊穣やその感謝の意味が込められています。

９月の当番病医院

診療日時		内科	外科
1(月)	夜	休日夜間急患センター	西条市民病院
2(火)	夜		休日夜間急患センター
3(水)	夜		
4(木)	夜		
5(金)	夜		
6(土)	夜		
7(日)	昼	西条中央病院	休日夜間急患センター
8(月)	夜	休日夜間急患センター	休日夜間急患センター
9(火)	夜		市立周桑病院
10(水)	夜		横山病院
11(木)	夜		休日夜間急患センター
12(金)	夜		
13(土)	夜		
14(日)	昼	村上記念病院	休日夜間急患センター
15(月)	昼	休日夜間急患センター	休日夜間急患センター
16(火)	夜	休日夜間急患センター	休日夜間急患センター
17(水)	夜		飯尾皮フ科泌尿器科
18(木)	夜		今井クリニック
19(金)	夜		休日夜間急患センター
20(土)	夜		
21(日)	昼	休日夜間急患センター	休日夜間急患センター
22(月)	夜	休日夜間急患センター	今井クリニック
23(火)	昼	休日夜間急患センター	村上記念病院
24(水)	夜	休日夜間急患センター	横山病院
25(木)	夜		西条中央病院
26(金)	夜		飯尾皮フ科泌尿器科
27(土)	夜		休日夜間急患センター
28(日)	昼	西条中央病院	村上記念病院
29(月)	夜	休日夜間急患センター	西条市民病院
30(火)	夜		休日夜間急患センター

受診前に必ず各病医院かテレホンサービス（TEL0897－58－2200）でご確認ください。当番病医院の変更や、症状によっては受診できない場合があります。

▶診療時間
昼：９時～18時　夜：19時～22時
※休日夜間急患センターの受付は、診療終了時間の15分前までです

▶電話番号
○休日夜間急患センター　TEL0897－52－2001
○西条市民病院　TEL0898－72－4111
○村上記念病院　TEL0897－56－2300
○済生会西条病院　TEL0897－55－5100
○市立周桑病院　TEL0898－64－2630
○西条中央病院　TEL0897－56－0300
○飯尾皮フ科泌尿器科　TEL0898－64－5577
○今井クリニック　TEL0898－68－8118
○横山病院　TEL0898－72－2121

▶小中高生の時間外受診
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。
詳細は▶

子どもの急な病気で困ったら……
東予東部３市こども急患センターへ
診療日時　月曜日～土曜日　21時～翌朝６時
日曜日・祝日　18時～21時
場所　新居浜市一宮町１丁目13－52（新居浜市役所南側）
電話番号　TEL0897－32－5658

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）TEL0120－79－7119
※現在「#7119」では一部通話料が発生
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　TEL089－913－2777
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　18時(土曜日13時、日曜日・祝日８時)～翌朝８時

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！