



1月の当番病医院

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

※12月31日(水)～1月3日(土)は9時～17時

場所 新居浜市一宮町1丁目13-52

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がる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^{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！

■中央保健センター TEL0897-52-1215

■西部保健センター TEL0898-64-5333

いきいき
さいじょう

健康ひろば

母子(親子)健康手帳を確認しましょう！

未接種のワクチンはありませんか？



詳細は▼

対象期間(例)

- B型肝炎/BCG: 1歳未満
- 麻しん風しん混合1期: 1歳(2歳の誕生日前日まで)
- 麻しん風しん混合2期: 小学校就学前の1年間(年長児)
- 水痘: 1歳～3歳未満
- 日本脳炎1期: 7歳半未満
- 日本脳炎2期・二種混合: 13歳未満
- 日本脳炎特例: 20歳の誕生日の前日まで不足分の接種が可能(令和7年4月1日現在で18歳～19歳の方)

接種方法

予診票と母子健康手帳を持ち、委託医療機関に予約してください。転入された方や予診票を紛失した方は、保健センターで交付します。

※対象年齢を過ぎて接種すると全額自己負担になります

問合せ 中央保健センター

参加者募集「ヘルスアップ講座」

この機会に、身体を動かしましょう！



詳細は▼

場所・開催日

	ストレッチ	ウォーキング	器具を使った運動
中央保健センター	1月6日(火)	2月16日(月)	1月19日(月)
西部保健センター	1月23日(金)	2月13日(金)	2月9日(月)

時間 各13時30分～15時

定員 各15人程度(初回者優先)

持ち物 タオル、水分、動きやすい服装、
屋内シューズ(器具を使った運動の参加者のみ)

申込方法 申込先へ電話または、申込フォームから。

申込期間 各開催日の1カ月前から3日前まで

申込先 中央・西部保健センター

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？



詳細は▼

対象 食生活改善に興味がある市民 時間 9時30分～13時
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・西部保健センター



開催日	テーマ	場所
2月5日(木)	動脈硬化予防のために～身体の隅々まで健康に血管生き生き生活～	中央保健センター
2月26日(木)		西部保健センター



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 1月13日(火)
- 西部保健センター 1月23日(金)
- 丹原サービスセンター 1月26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 1月15日(木) 13時30分～14時30分～

場所・申込先 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

- 難病医療相談(要予約)

1月27日(火) 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・橋・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 七草を使った絶品レシピ

七草ペペロンチーノ(2人分)

- ①七草(1パック)は根菜を薄切り、葉物をざく切り。ベーコン(40g)は1cm幅に切り、炒める。
- ②スパゲティ(160g)をゆでる。オリーブオイル(大さじ2)でニンニク(2片)を弱火で炒め、根菜・鷹の爪(1本)を加えて中火で加熱。
- ③ベーコン、スパゲティ、ゆで汁(大さじ3)を加え、塩で味を整える。
- ④葉物を入れて余熱で仕上げ。

