



8月の当番病医院

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

受診前に必ず**各病医院**か**テレホンサービス (Tel.0897-58-2200)**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 Tel.0897-52-2001
- 西条市民病院 Tel.0898-72-4111
- 村上記念病院 Tel.0897-56-2300
- 済生会西条病院 Tel.0897-55-5100
- 市立周桑病院 Tel.0898-64-2630
- 西条中央病院 Tel.0897-56-0300
- 飯尾皮フ科泌尿器科 Tel.0898-64-5577
- 今井クリニック Tel.0898-68-8118
- 横山病院 Tel.0898-72-2121

▶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

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 Tel.0897-32-5658

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
Tel.0120-79-7119
※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
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 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！

■中央保健センター Tel.0897-52-1215

■西部保健センター Tel.0898-64-5333

いきいき
さいじょう

健康ひろば

未接種のワクチンはありませんか？

定期予防接種の接種状況を確認しよう



夏休み期間は、予防接種状況を見直す良い機会です。未接種のワクチンがないか、期限は迫っていないかなど、母子健康手帳を確認し、お早めに接種計画を進めましょう！
※接種期限を過ぎると実費での接種となります

▶主な対象ワクチンの例と接種期限

ワクチン	接種期限
麻疹・風しん混合	第1期: 1歳～2歳未満 第2期: 年長児(就学前の1年間)
水痘(水ぼうそう)	1歳～3歳未満(計2回)
HPV(ヒトパピローマ)	高1相当の女子(令和9年3月31日まで) (計2～3回)
日本脳炎	第1期: 7歳半未満(3回) 第2期: 13歳未満(1回) ※特例あり
二種混合(DT)	11歳～13歳未満

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。加熱前の肉や魚は、ほかの食品や調理器具に接触しないよう気を付ける。

●増やさない

調理、購入した食品は早く食べるようにし、長時間室温放置しない。生鮮食品や調理後の食品は、10℃以下で保存。冷蔵庫は詰め込み過ぎない。

●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



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方 時間 9時30分～13時

内容 保健師と栄養士による講義と実習

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
9月8日(火)	STOP! 糖尿病 その間食食べちゃうの？	中央保健センター
9月25日(金)		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 8月19日(木)

○西部保健センター 8月12日(木)

時間 9時30分～12時

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 8月27日(木) 14時～・15時～

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)

8月25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 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



栄養ワンポイント

8月のやさい「オクラ」

オクラは、整腸を助ける水溶性食物繊維や、免疫力を高めるβ-カロテン、むくみを防ぐカリウムなどが豊富に含まれる夏野菜です。ガクを取り、電子レンジ(600W)で約50秒加熱して輪切りにし、お好みの調味料(めんつゆ、ポン酢、塩昆布、かつお節など)で和えるだけで、手軽においしい一品が完成です。夏は暑さで体力を消耗しやすい季節です。日々の食卓にプラスして、体調管理に役立てましょう！

