

## ●医療機関には事前に電話で確認を！

変更することがありますので、医療機関には事前に電話で確認してください。又は市役所 ☎③ 3 1 1 1、夜間・休日当番医案内 ☎③ 0 0 9 9（午後5時以降音声テープ対応）へお問い合わせください。

### 2月の夜間当番医 (診療時間：午後7時～10時)

日	当番医	所在地	電話番号
1土	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
2日	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
3月	膳所医院	本町	22-3292
4火	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
5水	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
6木	日野内科	天神町	23-6009
7金	麻生小児科医院	淡窓2丁目	24-2323
8土	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
9日	若宮病院	南元町	22-7171
10月	隈診療所	隈1丁目	22-0033
11火	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
12水	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
13木	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
14金	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
15土	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
16日	井上内科	田島本町	22-4700
17月	福田医院	清岸寺町	22-1648
18火	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
19水	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
20木	麻生小児科医院	淡窓2丁目	24-2323
21金	若宮病院	南元町	22-7171
22土	日野内科	天神町	23-6009
23日	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
24月	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
25火	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
26水	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
27木	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
28金	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
29土	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148

### 2月の日曜・祝日当番医 (診療時間：午前9時～午後5時)

日	当番医	所在地	電話番号
内科(急患に限ります。往診はしません)			
2	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
9	若宮病院	南元町	22-7171
11	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
16	井上内科	田島本町	22-4700
23	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
24	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
外科(急患に限ります。往診はしません)			
2	五反田病院	若宮町	23-8386
9	堀田クリニック	新治町	22-2662
11	秋吉病院	豆田町	23-0808
16	大河原病院	隈2丁目	22-3131
23	原病院	三本松2丁目	22-7151
24	城谷病院	元町	23-6115
歯科(来院前に電話が必要です。☎印は午前9時～正午)			
2	井上歯科医院	三本松1丁目	22-3305
9	伊藤歯科医院	玉川町	24-5700
11	樋口歯科クリニック	南元町	22-8881
16	☎井上歯科医院	三本松1丁目	22-3305
23	もちまつ歯科医院	清水町	22-8071
24	内川歯科医院	元町	22-0320

#### ■済生会日田病院 停電に伴う休診■

停電工事のため下記の日時は、救急車だけでなく、直接来院される患者さんも含め受け入れができません。

#### 【受診不可日時】

- ・1月19日(日) 7:00～17:00
- ・2月16日(日) 11:30～19:30
- ・2月23日(祝) 7:00～19:00
- ・3月1日(日) 7:00～19:00

※この日時以外の受診はできます。詳細は済生会日田病院(☎③1100)にお問い合わせください。

## ❗救急病院

救急病院は、入院治療が必要な重病患者を対象とします。対象とならない人の受診によって、救急病院の業務に支障を来しますので、気になる症状がある場合は、早めにかかりつけ医に受診し、夜間等に診察が必要になった場合は、上記の「当番医」で受診しましょう。

#### ■救急病院

- 日田中央病院(淡窓2丁目) ☎③3181
- 聖陵岩里病院(銭淵町) ☎③1600
- 済生会日田病院(清水町) ☎③1100
- 一ノ宮脳神経外科病院(竹田新町) ☎③6270

#### ■大分県子ども救急電話相談

☎097-503-8822又は#8000

#### ■子どもの救急ホームページ

社団法人日本小児科学会 <http://kodomo-qq.jp>

☎健康保険課☎③3000(ウエルピア内) 大分県西部保健所☎③3133

## 糖尿病を予防して腎臓を守ろう



日田市では年々糖尿病の有病率が高くなっており、高血糖や高血圧の状態が長く続くことで全身の血管の動脈硬化が進んだ結果、腎臓の働きが悪くなり人工透析に移行する人も増えてきています。

#### ◆腎臓の働き

腎臓は重さ120～150g、長さ10cmほどのソラマメ型の臓器で左右に1つずつ背中に近い部位にあります。血液をろ過し体に不要な物を体外に排泄する働きなどをしていますが、腎臓の働きが悪くなると、血液に老廃物がたまり、人工的に血液を浄化する人工透析が必要になってきます。

#### ◆予防のポイント

糖尿病をはじめとする生活習慣病は、自覚症状のないままに進行していきます。次のような生活習慣を心掛け、糖尿病を予防し腎臓を守りましょう。

#### ①健診を受け、自分の体の状態を知る

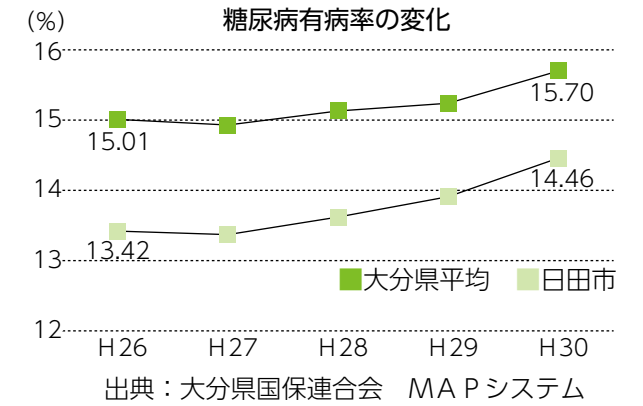
特定健康診査は、血圧・血糖・脂質・腎機能などの検査項目が含まれ、異常を早期に発見することができます。

#### ②食生活を見直す

野菜から食べ、ゆっくりよく噛んで食べる。1日3食規則正しく食べる。

#### ③生活の中に運動を取り入れる

ウォーキングやスロージョギング®などの有酸素運動をする。



#### ◆あなたの腎臓は大丈夫？

平成30年度から腎機能の検査項目(血清クレアチニン、eGFR)が特定健診に追加されています。eGFRは「性別・年齢・クレアチニン」の3項目から計算し、腎臓が体の中のいらぬものを尿として体の外に捨てる能力をみるものです。若い頃の腎機能を100%として現在の腎機能を%で表したもので、eGFRが60%を下回ると腎臓の働きが低下している目安となります。

## 2月の健康掲示板

#### 乳幼児の健診

内容	対象	日	会場	受付時間
7か月児健診(母子健康手帳が必要)	令和元年7月生まれ	5日(水)	市役所7階大会議室	13:00～13:30
1歳6か月児健診(個別に通知)	平成30年7月生まれ	18日(火)		
3歳6か月児健診(個別に通知)	平成28年8月生まれ	19日(水)		

#### 乳幼児健康相談

6日(木) 9:30～11:30 ウェルピア  
※希望する人は、前日までに健康保険課にご予約ください。

#### 栄養相談の日

6日(木) 13:00～15:00 ウェルピア  
※希望する人は、前日までに健康保険課にご予約ください。

#### 母子健康手帳の交付

7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)  
9:00～16:00 ウェルピア  
※上記交付日以外、又は各振興局での交付を希望する人は、健康保険課にお申し込みください。

#### 予約健診 ※日田検診センター(☎③3600)に電話で予約。

予約時間 9:00～16:00(平日のみ)

#### ◆午後健診 火・木曜日(平日のみ)

受付時間 13:00～13:30  
予約期間 受診希望日の3日前まで ※各先着20人。  
※胃がん検診は受けられません。予約の際は必ず「午後健診」とお伝えください。

#### 医療機関健診

指定医療機関で2月末まで受診できます  
※詳細は健康保険課にお問い合わせください。

#### エイズ抗体検査・肝炎ウイルス検査等

事前予約制で、随時受け付けています(無料)  
※西部保健所に電話でお申し込みください。