

●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。


8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	日野内科	天神町	23-6009
2日	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
3月	麻生小児科医院	淡窓2丁目	24-2323
4火	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
5水	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
6木	福田医院	清岸寺町	22-1648
7金	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
8土	桂林病院	城町1丁目	22-1231
9日	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
10月	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
11火	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
12水	若宮病院	南元町	22-7171
13木	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
14金	隈診療所	隈1丁目	22-0033
15土	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
16日	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
17月	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
18火	日野内科	天神町	23-6009
19水	河津内科呼吸器科	石井町2丁目	23-8123
20木	井上内科	田島本町	22-4700
21金	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
22土	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
23日	膳所医院	本町	22-3292
24月	福田医院	清岸寺町	22-1648
25火	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
26水	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
27木	若宮病院	南元町	22-7171
28金	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
29土	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
30日	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
31月	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155

8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	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
9	児玉医院	三本松2丁目	24-6572
10	新関内科医院	田島2丁目	24-3355
14	隈診療所	隈1丁目	22-0033
15	岩尾病院	淡窓2丁目	22-6161
16	佐藤内科医院	田島1丁目	22-1170
23	膳所医院	本町	22-3292
30	下飛田小児科	中央1丁目	24-1148
外 科 (急患に限ります。往診はしません)			
2	城谷病院	元町	23-6115
9	五反田病院	若宮町	23-8386
10	堀田クリニック	新治町	22-2662
14	秋吉病院	豆田町	23-0808
15	大河原病院	隈2丁目	22-3131
16	原病院	三本松2丁目	22-7151
23	城谷病院	元町	23-6115
30	五反田病院	若宮町	23-8386
歯 科 (来院前に電話が必要です。☎印は午前9時～正午)			
2	☎よしまさ歯科	田島1丁目	23-8148
9	せさき歯科医院	中央1丁目	23-6481
10	高田歯科醫院	三本松1丁目	28-7019
16	後藤歯科医院	東町	22-0002
23	☎中村歯科医院	下井手町	23-2228
30	おの歯科クリニック	清水町	22-6118

■日田市子育て支援アプリ「ひたんこナビ」■


 予防接種スケジュールを自動で作成し、接種日が近づくとプッシュ通知でお知らせします。登録は無料です。是非ご利用ください。

❗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) ☎③ 3 1 8 1
- 聖陵岩里病院 (銭淵町) ☎② 1 6 0 0
- 済生会日田病院 (清水町) ☎④ 1 1 0 0
- 一ノ宮脳神経外科病院 (竹田新町) ☎④ 6 2 7 0

■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 ☎④ 3 0 0 0 (ウエルピア内) 大分県西部保健所 ☎③ 3 1 3 3

知って役立つ！熱中症情報

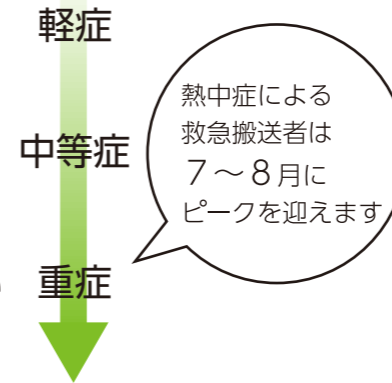
今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止のためマスクの着用をしていることから、日頃よりも熱中症対策に心掛けましょう。

熱中症の注意ポイント

- ①気温だけでなく、室温、湿度にも注意する
扇風機やエアコンを活用し、室温を28度以下、湿度を70%以下に保ち、室内でも熱中症を予防しましょう。
- ②こまめな水分補給・適度な塩分摂取を心掛ける
のどが渇かなくても、水分補給をしましょう。
- ③乳幼児や高齢者は特に注意する
乳幼児や高齢者は熱中症になりやすいため、家族みんなで熱中症予防に取り組みましょう。

こんな症状があったら、熱中症を疑いましょう

- めまい
- 立ちくらみ
- 汗が止まらない
- 頭痛
- 吐き気
- 意識がない
- まっすぐ歩けない
- けいれん



●マスク着用時の注意点

マスクは顔のほぼ半分を覆うため、熱がこもりやすく、呼吸による「放熱」も難しくなり、熱中症になる可能性が高まります。また、口の渇きを感じにくくなるので、脱水に気付くのが遅くなることから注意が必要です。

※屋外で人と十分な距離（2メートル以上）をとれる場合は、適宜マスクを外しても良いです。



「経口補水液」を作ってみよう！

経口補水液とは、食塩とブドウ糖を水に溶かしたもので、効率よく体に吸収される特徴があります。

◆材料

- 水 1リットル
- 塩 3グラム (小さじ1/2)
- 砂糖 40グラム (大さじ4と小さじ1強)

◆作り方

材料を全て混ぜ、水が透明になるまでしっかり混ぜ溶かす。レモンを絞って入れると、より飲みやすくなります。(レモンは1/2個が目安)

8月の健康掲示板

👶乳幼児の健診

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、集団で行う乳幼児健康診査を見合わせていましたが、1歳6か月児健診・3歳児健診を少人数で実施します。日程等の詳細については対象者に郵送でお知らせします。

👶乳幼児健康相談

6日(木) 9:30～11:00 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。

👶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。

【新型コロナウイルス感染症予防方法】

- ★こまめな手洗いを手指消毒液を活用しましょう。
- ★咳や鼻水、喉の痛みなどの呼吸器症状がある場合はマスクを着用しましょう。
- ※マスクがないときは、手で覆うのではなく、肘の内側で咳やくしゃみを「ブロック」しましょう。
- ★持病がある人や高齢の人は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど注意をしましょう。
- ※詳細は右記二次元コードから確認してください。

