

**医療機関には事前に電話で確認を！** 発熱症状がある人は必ず事前に電話を！

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 1 1 1、夜間・休日当番医案内 ☎ 0 0 9 9（午後5時以降音声テープ対応）にお問い合わせください。

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

**10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)			
3	日野内科	天神町	23-6009
10	松浦クリニック	中央1丁目	24-4155
17	福田医院	清岸寺町	22-1648
24	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
31	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
外 科 (急患に限ります。往診はしません)			
3	秋吉病院	豆田町	23-0808
10	原病院	三本松2丁目	22-7151
17	大河原病院	隈2丁目	22-3131
24	城谷病院	元町	23-6115
31	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)			
3	☎アップル歯科医院	亀川町	24-7710
10	高木歯科医院	三本松2丁目	22-2317
17	せさき歯科医院	中央1丁目	23-6481
24	高田歯科醫院	三本松1丁目	28-7019
31	☎石松朗歯科医院	丸山1丁目	24-3718

【9月の歯科当番医の変更】

23日(祝) 村山歯科医院 (本町 ☎ 3 3 0 3)  
26日(日) 北山歯科医院 (大山町西大山 ☎ 3 5 5 3)

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

■大分県子ども救急電話相談

☎ 0 9 7 - 5 0 3 - 8 8 2 2 又は # 8 0 0 0

■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>

☎健康保険課保健医療係 ☎ 2 2 4 3 (市役所3階) 大分県西部保健所 ☎ 3 1 3 3

**生活習慣病を予防して健康に過ごしましょう！**

生活習慣病とは、食生活の乱れや運動不足、喫煙習慣などの不健康な生活習慣が積み重なることで発症する病気の総称です。平成30年度の日田市の主要死因別死亡率は、1位が悪性新生物、2位が心疾患、3位が脳血管疾患と生活習慣病が上位を占めています。また、全国と比較しても、日田市の生活習慣病による死亡率は高い傾向があります。

生活習慣病はこう進む！

不健康な生活習慣が積み重なる

運動不足、食べ過ぎ、飲み過ぎ、喫煙、睡眠不足。

体に異常が表れてくる

体重の増加(内臓脂肪の蓄積)、高血圧、高血糖、脂質異常。

メタボリックシンドローム

生活習慣病の多くは、早期に発見できれば治癒することが十分にできます。

動脈硬化が急速に進行する

肥満症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症。

さらに…

動脈硬化が進んで、血管に大きな障害が起こると右記の症状が表れ、**突然死**や**寝たきり**になることがあります。通院や治療には時間やお金もかかるため、生活や仕事にも支障を来す恐れもあります。

- ・脳卒中  
脳の血管が詰まったり、破れたりする。
- ・心臓病  
心臓への血流が不十分となったり、詰まったりする。
- ・大動脈解離  
動脈が裂け、激しい痛みが伴う。
- ・眼底出血  
視力低下や失明の原因になる。
- ・腎臓病  
進行して腎不全に至ると透析治療が必要になる。

健診(検診)で命にかかわる生活習慣病を早期発見！  
健診(検診)は生活習慣病を未然に防ぐためのものです。自覚症状のない早い段階から体の変化を見つけ、病気を小さな芽のうちに摘み、健康に過ごしましょう！

**10月の健康掲示板**

乳幼児の健診

内容	対象	日	会場
7か月児健診	令和3年3月生まれ	26日(火)・27日(水)	市役所7階大会議室
1歳6か月児健診	令和2年3月生まれ	12日(火)・13日(水)	
3歳6か月児健診	平成30年4月生まれ	19日(火)・20日(水)	

※新型コロナウイルス感染症の影響によって日程を変更する場合があります。対象者には個別で通知を送付しますので、受付時間等詳細は案内をご確認ください。

母子健康手帳の交付

毎週水・金曜日(祝日、年末年始を除く)  
9:00~16:00 こども家庭相談室(市役所1階)  
※上記交付日以外、又は各振興局での交付を希望する人は、こども家庭相談室 ☎ 8 2 3 0 にお申し込みください。

健診結果説明会

保健師・栄養士が健診結果について説明します。  
1日(金) 9:30~10:30 大鶴公民館  
8日(金) 9:30~10:30 中津江振興局  
15日(金) 9:30~10:30 東有田公民館  
21日(木) 9:30~10:30 五和公民館  
25日(月) 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。

乳幼児相談

子供の身体測定や子育て、離乳食について相談できます。  
7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

管理栄養士に栄養や食事に関することを相談できます。  
7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。

すくすく相談

14日(木) 10:00~11:30 前津江保健センター  
29日(金) 10:00~11:30 天瀬児童館  
※母子健康手帳を持参してください。

☎健康保険課健康支援係 ☎ 3 0 0 0 (ウェルピア内)