

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）へお問い合わせください。


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

4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	聖陵花月クリニック	清水町	27-5050
10	こじかこどもクリニック	清岸寺町	28-8771
17	井上内科	田島本町	22-4700
24	福田内科クリニック	大宮町	25-5188
29	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)			
3	城谷病院	元町	23-6115
10	五反田病院	若宮町	23-8386
17	堀田クリニック	新治町	22-2662
24	若宮病院	南元町	22-7171
29	秋吉病院	豆田町	23-0808
歯 科 (来院前に電話が必要です。☎ 印は午前9時～正午)			
3	酒井歯科医院	港町	23-6480
10	内川歯科医院	元町	22-0320
17	☎井上歯科医院	三本松1丁目	22-3305
24	おおくら歯科医院	本町	22-0222
29	中村歯科医院	下井手町	23-2228

■日田市子育て支援アプリ「ひたんこナビ」■

母子モ  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。是非ご活用ください。



- 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>

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) ☎ 6 2 7 0

☎健康保険課保健医療係 ☎ 8 2 4 3 (市役所3階) 大分県西部保健所 ☎ 3 1 3 3

～3月は自殺対策強化月間です～
ひたむきにみんなで支えあう大切ないのち

3月は、就職や進学、転勤や転居など生活環境が大きく変わるなど非常にストレスを抱えやすい時期であり、自殺者が増える傾向にあります。現在も新型コロナウイルス感染症の影響で、感染そのものへの不安に加え、生活や仕事の変化を強いられ、ストレスを感じている人も多いのではないのでしょうか。一人で悩まず相談をしてみませんか。また、周囲の人の違和感に気付いたら声を掛けてみませんか。

全国の自殺の現状
令和3年自殺者数速報値 2万830人
(厚生労働省公表：警察庁自殺統計速報値)

令和3年の自殺者数の速報値によると、増加に転じた令和2年の自殺者数より251人減少していますが、依然として年間2万人以上のかけがえのない命が失われています。

こころの健康チェックリスト

- 下記のうち、2つ以上が2週間以上にわたりほとんど毎日続いていて、毎日の生活に支障が出ている場合は「うつ病」の可能性がります。
- 毎日の生活に充実感がない
 - これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
 - 以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じられる
 - 自分が役に立つ人間だと思えない
 - 訳もなく疲れたような感じがする
- 出典：厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」

わたしたちにできる自殺予防のための行動

- 気付き**
「家族や仲間の変化に気付いて、声を掛ける」
変化に気付いたら自分にできる声掛けをしましょう
- 傾聴**
「本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける」
悩みを話してくれたら、時間をかけて傾聴しましょう
- つなぎ**
「早めに専門家に相談するよう促す」
相談を受けた側も、一人では抱え込まず、各種相談先につなげましょう
- 見守り**
「温かく寄り添いながら、じっくりと見守る」
焦らずに優しく寄り添いながら見守りましょう

下記では電話や来所による相談ができます。あなたのこころの悩みを話してみませんか。

- ・健康保険課 ☎ 3 0 0 0 (ウェルピア内)
- ・大分県西部保健所 ☎ 3 1 3 3

※その他、各種相談先等は右記二次元コードからご確認ください。



4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9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9月生まれ	12日(火)・13日(水)	
3歳6か月児健診	平成30年10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。

- 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
※希望者は、前日(平日のみ)までに下記にご予約ください。

- 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
※希望者は、前日(平日のみ)までに下記にご予約ください。

※健康保険課健康支援係では、女性特有の悩みを相談する女性専用健康相談やこころの相談も受け付けています。個室の相談室で対応し、秘密は守られます(要予約)。

☎健康保険課健康支援係 ☎ 3 0 0 0 (ウェルピア内)