



Health Guide


からだところの健康相談 (予約制・無料)
1/10 (火) 9:00～11:00
2/7 (火) 9:00～11:00




育児・妊婦相談 (無料)
1/17 (火) 13:30～15:00 保健センター
1/24 (火) 10:00～11:30 土居こども館




乳幼児健診 (無料)
健診対象者には個別に案内文をお送りします。



ママパパ学級 沐浴編 (予約制・無料)
1/22 (日) 9:15～12:00
申込期限 1/13 (金)



離乳食セミナー (予約制・無料)
2/10 (金) 9:30～
申込期限 2/3 (金)



妊娠から出産、育児までもフルサポートする子育て支援アプリ「母子モ」も、ぜひご利用ください。
ダウンロードはこちらから▶



予約・問い合わせ 保健センター 28-6054

休日当番医 9:00～18:00

※都合により変更する場合があります

東部	西部
1/1 松岡整形外科医院 (日・祝) 58-5455 (川之江町)	鈴木医院 (土居町小林) 74-7700
1/2 井上整形外科クリニック (月・年始) 58-8700 (金生町山田)	みよし循環器クリニック (寒川町) 24-5311
1/3 川上こどもクリニック (火・年始) 57-1155 (金生町山田)	豊岡台病院 (豊岡町長田) 25-0088
1/8 大西内科医院 (日) 56-2018 (金生町下分)	栗整形外科病院 (中之庄町) 24-5550
1/9 豊永医院 (月・祝) 56-3037 (金田町金川)	三島クリニック (中之庄町) 24-3111
1/15 あんどう整形外科 (日) 74-1715 (土居町小林)	西岡病院 (三島金子) 24-5511
1/22 クリニック山崎内科 (日) 57-0035 (川之江町)	井上整形外科医院 (三島中央) 24-2171
1/29 岸田メディカルクリニック (日) 56-0188 (妻鳥町)	松風病院 (土居町入野) 74-2001
2/5 川関高橋医院 (日) 56-2022 (金生町下分)	恵康病院 (土居町蕪崎) 74-7600
2/11 宮崎内科 (土・祝) 59-5000 (妻鳥町)	三島クリニック (中之庄町) 24-3111

急病などで困ったときは

テレガイド 23-5990
消防署につながります。
自動音声で夜間救急の病院名と電話番号を教えてください。

病院案内 28-9119
消防署につながります。
担当者が症状などを聞いて、どこの病院へ行けばよいか案内します。

小児救急医療電話相談 089-913-2777 # 8000 (携帯)
医師や看護師などが家庭での応急対処の方法や医療機関受診について教えてください。

急患医療センター (内科・小児科) 56-1913
妻鳥町 1501-1
(診療時間) 月曜日～土曜日 19:30～22:30
※年末年始、祝日は休診

※急患医療センターの診療は、宇摩医師会の有志の先生のご協力により実施しています
※症状によっては他の医療機関もしくは高次医療機関をご紹介させていただきます
※発熱などの症状がある場合は、来院前に電話でご相談ください

油断禁物！ 冬の食中毒に注意

食中毒はジメジメした梅雨や暑い夏に多く発生するイメージですが、**冬場も**同じように**注意が必要**です。



食中毒の原因は…

ノロウイルス 冬場によく発生する食中毒。牡蠣やアサリなどの二枚貝から感染しやすいウイルスです。	カンピロバクター 鶏や豚、牛の腸内に生息する細菌。加熱不十分な肉類が原因で発症します。	アニサキス 魚介類に寄生する細いミミズのような生き物。カツオなどへの寄生が多く、不十分な冷凍や加熱で食べると発症します。
胃腸炎の中でも、かなり症状の重たい食中毒の一つです。	犬や猫などのペットの糞にも生息しているため、注意が必要です。	激しい症状が出てしまう恐ろしい寄生生物です。

ほかに、動物性食中毒(フグや貝毒など)や植物性食中毒(毒キノコや有毒植物など)が原因となる場合もあります

予防のポイント

01

食材は
しっかり加熱

中心温度が85度以上



02

手洗い・うがいを
しっかりと

石鹸で手首まで、
流水で1分以上



03

食器や手拭きタオル
こまめな交換



問い合わせ 保健センター 28-6054