

休日当番医 診療時間 (午前) 9:00～12:00 (午後) 14:00～17:00

※都合により変更する場合があります

	東部	西部
4/6 日	芝医院 56-4811 (妻鳥町)	ふく整形外科 74-0029 (土居町中村)
4/13 日	岸田メディカルクリニック 56-0188 (妻鳥町)	うみ・まちクリニック 24-7531 (中之庄町)
4/20 日	川関高橋医院 56-2022 (金生町下分)	あんど整形外科 74-1715 (土居町小林)
4/27 日	豊永医院 56-3037 (金田町金川)	みよし循環器クリニック 24-5311 (寒川町)
4/29 火祝	やべ内科クリニック 23-5018 (三島宮川)	三島クリニック 24-3111 (中之庄町)
5/3 土祝	クリニック山崎内科 57-0035 (川之江町)	相引医院 74-3127 (土居町入野)
5/4 日祝	川上こどもクリニック 57-1155 (金生町山田井)	栗整形外科病院 24-5550 (中之庄町)
5/5 月祝	宮崎内科 59-5000 (妻鳥町)	松風病院 74-2001 (土居町入野)
5/6 火祝	中央クリニック 23-7808 (三島中央)	こんどうファミリークリニック 72-6700 (土居町津根)

急病などで困ったときは…

えひめ救急電話相談 # 7119

(ダイヤル回線・IP 電話) 089-909-9935

医師や看護師が症状を把握し緊急性を判断します。

子ども医療電話相談 # 8000

(ダイヤル回線・IP 電話) 089-913-2777

医師や看護師が家庭での応急処置の方法などをアドバイスします。

テレガイド 23-5990 ※自動音声

休日当番医や夜間救急医をお伝えします。

病院案内 28-9119 ※消防署

休日や夜間などに受診できる病院をお伝えします。

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～土曜日 19:30～22:30

※祝日は休診

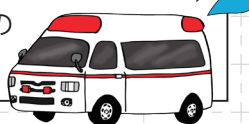
救急車の正しい利用にご協力ください

本市の令和6年の救急出動件数は

過去最高・搬送者の約4割が軽症

4656件 (1日当たり 12.7件)

多くの命が助かるよう、救急車の正しい利用にご協力ください。



健康でいこや！四国中央

5分でできるもの忘れチェック体験

¥0 FREE 要申込

タッチパネルを使って「心配な物忘れ」を早期発見します。

4/17 (木) 13:30～15:00

長寿支援課

募 4/14 (月) まで

5/12 (月) 13:30～15:00

川之江ふれあい交流センター

募 5/8 (木) まで

認知症の方や家族の語り合いの場 本人ミーティング

¥0 FREE 要申込

4/22 (火) 10:00～11:30
市役所市民交流棟 2 階

募 4/18 (金) まで



問 長寿支援課 地域包括支援センター 28-6147

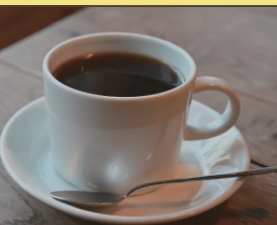
認知症の方や家族の情報交換の場 認知症の語らい

¥0 FREE 申込不要

4/18 (金) 13:30～15:00
中之庄公民館

問 認知症の人と家族の会 080-3740-0697 (大澤)

しこちゅ～
みんなの
カフェ



認知症の本人や家族、地域の方、お気軽にご参加ください

カフェきんせい (金生公民館)

4/16 (水) 10:00～12:00 ☎ 090-7706-1149 (宗次)

はくの森カフェ (上柏町 202-1)

4/27 (日) 13:30～15:30 ☎ 090-8698-0131 (井川)

こころの癒し喫茶 (中曽根町 2207-1)

4/13 (日) 13:00～15:00 ☎ 22-4967 (鎌田)

オレンジカフェほほえみ (寒川町 2916)

4/28 (月) 13:30～15:30 ☎ 090-3787-4540 (松木)

あまなつかフェ (豊岡公民館)

4/21 (月) 10:00～12:00 ☎ 25-3625 (戸田)

あいあい北野 (土居町北野 1834-2)

4/3 (木) 10:00～12:00 ☎ 74-4527 (近藤)

5/8 (木)

問 長寿支援課 地域包括支援センター 28-6147

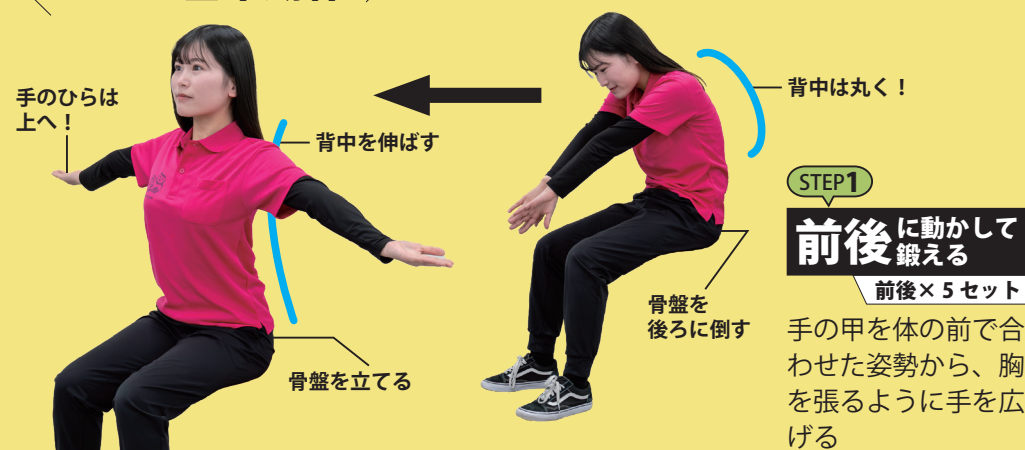
Health Guide

2025年3月完成

体幹リズム体操で健康寿命を伸ばそう！

座ったままできる しこちゅ～ 誰でもできる

簡単！ 3つの基本動作



▲3/6に福祉会館で行われた体操完成お披露目の様子

動画はYouTubeやDVDでご覧いただけます



▲DVD ▲YouTube

リズムに合わせてチャレンジ！

リズムに合わせてすることで脳の認知機能が活性化します。動画をしながら、ご家族やサークルでチャレンジしてみませんか。

問 長寿支援課 地域包括支援センター 28-6147

理学療法士 横内俊弘さん (石川クリニック)

がん患者と家族の会 顔晴れサロン

4/17 (木) 14:00～16:00
四国中央病院
メンタルヘルスセンター

内容

- ・がんに関わるお金の話
- ・がん患者さんへのこころの支援

問 四国中央病院 58-3515

¥0 FREE 申込不要



健康アプリ「kencom」を使って みんなで歩活 参加者募集

アプリを使って歩数を競おう！

エントリー期間 4/1 (火)～4/30 (水)

イベント期間 5/1 (木)～5/31 (土)

問 保健推進課 28-6054

¥0 FREE 要申込



詳しくはこちら▶



栄養や調理の基本を学ぶ 食生活改善推進員養成講座

初回 5/2 (金) 9:30～13:00

※令和8年2月までの全10回講座です 保健センター

定 20人

田 各回300円 (調理実習代)

※別途テキスト代が必要です

募 4/17 (木) まで

問 保健推進課 28-6054

要申込



必要なものなど、詳しくはこちら▶