

9月の小児在宅当番医

9月の小児在宅当番薬局

6日(日)	みかんこどもクリニック※	八幡浜市白浜通	☎0894(20)8800
13日(日)	八幡浜1次救急休日・夜間診療所※	八幡浜市大平	☎0894(24)1199
20日(日)	おおくぼこどもクリニック	大洲市徳森	☎0893(57)9366
21日(月祝)	おおむら小児科	内子町城廻	☎0893(44)7117
22日(火祝)	大洲ななほクリニック	大洲市東若宮	☎0893(25)7710
23日(水祝)	ごとう小児科	大洲市東大洲	☎0893(23)0510
27日(日)	守口小児科※	八幡浜市産業通	☎0894(24)7770

6日(日)	しらはま薬局	八幡浜市白浜	☎0894(35)7031
20日(日)	すずね薬局	大洲市徳森	☎0893(57)9688
22日(火祝)	よつば薬局東若宮店	大洲市東若宮	☎0893(25)1010
23日(水祝)	くれよん薬局	大洲市東大洲	☎0893(59)0320

※記載のない休日は当番医療機関が院内で薬を処方します。お薬手帳を持参してください。

子ども医療電話相談 #8000

急に子供の体調が悪くなった際、医師や看護師などが家庭での応急対処の方法など、電話でアドバイスします。

【利用時間】 平日 18:00～翌日8:00
土曜 13:00～翌日8:00
日・祝 8:00～翌日8:00

すくすくナビ

こども家庭センター ☎0893(57)6710
(総合福祉センター2階)

子育て応援広場

- 日 9月11日(金) 9:30～10:00
- 場 大洲市総合福祉センター2階
- 対 乳幼児とご家族
- 内 乳幼児のママやご家族の交流の場、子育て相談
- 申 9月10日(木)まで
- 持 母子健康手帳、バスタオル

モグモグ教室(離乳食講習会)

- 日 9月2日(水) 9:30～10:00
- 場 大洲市総合福祉センター2階
- 対 主に生後3か月～5か月の赤ちゃんとそのご家族
- 内 離乳食の話、調理実習
- 申 8月26日(水)まで
- 持 母子健康手帳、エプロン、タオル、三角巾、抱っこひも、バスタオル

乳幼児の健診

※受付時間は、事前に送付する個別通知をご確認ください

- 日 1歳6か月児健診(令和7年1月、2月生)
9月17日(木)
- 3歳児健診(令和5年4月、5月生)
9月29日(火)
- 10か月児育児相談(令和7年11月生)
9月15日(火)
- 場 大洲市総合福祉センター2階
- 持 母子健康手帳、バスタオル

いきいきナビ

健康増進課(大洲市保健センター) ☎0893(23)0310

成人集団健(検)診のお知らせ【大洲地区】

- 場 大洲市保健センター
- 日 10月25日(日) 託※・26日(月)
8:30～11:00
- 申 10月7日(水)まで

25日(日)は、抽選で特典があります!

【長浜地区】

- 場 大和コミュニティセンター
- 日 10月13日(火) 8:30～10:30
- 申 9月28日(月)まで
- 場 豊茂体育館
- 日 10月14日(水) 8:30～10:30
- 申 9月28日(月)まで
- 場 長浜保健センター
- 日 10月20日(火) 8:30～11:00
- 申 10月5日(月)まで

【健(検)診料金】

- ▷39歳以下健診・特定健診・後期高齢者健診、肝炎ウイルス検査 無料
- ▷各種がん検診 500円
- ▷肺がんCT検診 3,000円

- *日曜健診は午前のみ
- *子宮頸がん検診:
平日は午後(13:00～受け付け)
日曜は9:30～受け付け
- *乳がん検診は13:00～13:30もあり
- *その他の日程については、「大洲市の基本健診・がん検診等のお知らせ(健康チェックカレンダー)」をご覧ください。



【申し込み方法】

▷Web予約

下記の二次元コードを読み取るとインターネットでの申し込みページにアクセスできます。



▷健(検)診予約ダイヤル

0120(489)355

受付時間 平日 9:00～17:00

※日曜健診には託児があります。ぜひご利用ください。



9月は『健康増進普及月間』です

1に運動 2に食事 しっかり禁煙、良い睡眠
～健康寿命の延伸を目指しましょう～

運動

自分の歩数を確認して目標を作ろう
毎日8,000歩が推奨されています。まずは自分に合った目標を決めて、無理なく歩数を増やしていきましょう。

食事

1日の食事で主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物を組み合わせましょう
バランスの良い食事をしている人ほど、循環器疾患等の死亡リスクが低いことが報告されています。

禁煙

今日から禁煙にチャレンジしましょう
禁煙外来により禁煙成功率が3～4倍に高まると報告されています。また、健康保険が適用される場合、1日あたりの治療費は、タバコを1日1箱購入するよりも安くなります。

睡眠

睡眠時間を十分に確保しましょう
睡眠時間が6時間未満の成人では、死亡リスクが高いことが報告されています。適切な睡眠時間には個人差があり、より長い睡眠を必要とする場合もあります。

日:日時(受付時間) 場:場所 対:対象 内:内容 申:申込締め切り日 持:持参品 託:託児

※感染症拡大防止のために、当日、発熱・咳など風邪症状がある場合はご遠慮ください。



救急当番病院

曜 日	昼間帯【8:30～17:30】	夜間帯【17:30～翌8:30】
月・火	市立大洲病院 (西大洲) ☎0893(24)2151	
水	加戸病院 (内子町) ☎0893(44)5500	喜多医師会病院 (東大洲) ☎0893(25)0535
木	大洲記念病院 (徳森) ☎0893(25)2022	市立八幡浜総合病院 (八幡浜市) ☎0894(22)3211
金・土	大洲中央病院 (東大洲) ☎0893(24)4551	
日	大洲中央病院 (東大洲) ☎0893(24)4551(～18:00)	市立八幡浜総合病院 (八幡浜市) ☎0894(22)3211

※曜日によって救急当番病院は変わります。昼間・夜間の救急などのご相談は、その日の救急当番病院にご連絡ください。



大洲喜多休日夜間急患センター

【診療科目】 内科
 【診療日時】 平日・土曜日 19:00～22:00
 日曜日・祝日 9:00～18:00
 日曜日(夜間) 19:00～22:00
 【場 所】 東大洲 ☎0893(23)1156

※休日や夜間に急に具合が悪くなった人の診察を行います。一般の夜間診療所ではありません。

病气やけがの際、病院へ行くべきか、救急車を呼ぶべきかなど悩んだときは…

365日24時間対応
 「えひめ救急電話相談」
 をご利用ください。

▷フリーダイヤル ☎0120(79)7119
 ▷短縮ダイヤル #7119
 ▷つながらない場合は ☎089(909)9935

各種相談ガイド

日:日時 場:場所 問:問い合わせ先

(曜日指定の相談は、祝日・年末年始を除きます)

無料法律相談 ※要電話予約

日 9月17日(木) 14:00～16:30
 場 大洲商工会館
 問 大洲商工会議所 ☎0893(24)4111

年金出張相談 ※要電話予約

日 9月1日(火)・17日(木) 10:30～15:30
 場 総合福祉センター
 問 松山西年金事務所 ☎089(925)5105

行政相談 (総務省)

大洲地域
 日 9月18日(金) 9:00～12:00
 場 市役所3階第3会議室
 問 総務課行政係 ☎0893(24)1724
 長浜地域
 日 9月25日(金) 13:00～16:00
 場 長浜支所2階小会議室
 問 長浜支所 ☎0893(52)1111

不動産無料相談

日 9月15日(火) 10:00～13:00
 場 宅建協会大洲地区連絡協議会
 問 ビアスプランニング(株) ☎0893(25)1747

女性相談

日 月～金 9:15～17:15
 場 こども家庭センター
 問 ☎0893(57)9919

こどもの救急 (Webサイト)



夜間や休日などに病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。

【対象年齢】 生後1カ月～6歳

<http://kodomo-qq.jp/>

公益社団法人 日本小児科学会 監修

人権相談

大洲地域
 日 9月15日(火) 10:00～12:00
 場 三善コミュニティセンター
 日 9月18日(金) 10:00～12:00
 場 市役所第1別館3階第2会議室
 肱川地域
 日 9月15日(火) 10:00～12:00
 場 肱川地区複合公共施設1階コミュニティホール
 問 急ぐときは法務局大洲支局 ☎0570(003)110
 人権啓発課 ☎0893(24)1746

子育て相談

家庭児童相談
 日 月～金 8:30～17:15
 場 こども家庭センター
 問 ☎0893(57)9919
 家庭教育・子育て相談
 日 月・火・木・金曜日 9:00～16:00
 場 大洲子育てサポートそよ風
 大洲市アフタースクール大洲(元大洲幼稚園)
 問 ☎0893(24)4580

おおずふれあいスクール相談 【不登校・ひきこもりなど】

日 月～金 8:30～16:30
 場 国立大洲青少年交流の家(自然環境館3階)
 問 ☎0893(24)1414

青少年相談

日 月～金 8:30～17:15
 場 青少年センター(教育委員会内)
 問 ☎0893(24)7830

心配ごと相談

大洲地域
 日 〔一般相談〕
 毎週月・水曜日13:00～16:00
 〔法律相談〕
 10:00～12:00・13:00～16:00
 ※弁護士は15:00まで
 ▷弁護士 9月1日(火)・15日(火)
 ※前週火曜日まで要電話予約
 ▷司法書士など
 9月8日(火)・29日(火)と毎週木曜日
 〔介護相談〕 毎週金曜日10:00～16:00
 総合福祉センター1階相談室
 問 社会福祉協議会 ☎0893(23)0313
 (相談室直通) ☎0893(23)5629
 長浜地域〔一般相談〕
 日 9月25日(金) 13:00～16:00
 場 長浜支所2階小会議室
 問 社会福祉協議会長浜支所 ☎0893(52)1194
 肱川地域〔一般相談〕
 日 9月7日(月) 13:30～16:30
 場 肱川地区複合公共施設1階コミュニティホール
 問 社会福祉協議会肱川支所 ☎0893(34)2312
 河辺地域〔一般相談〕
 日 9月10日(水) 9:00～12:00
 場 河辺老人福祉センター
 問 社会福祉協議会河辺支所 ☎0893(39)2510

もの忘れ相談 ※要電話予約

日 9月24日(木) 13:30～14:30
 場 総合福祉センター1階応接室
 問 地域包括支援センター(高齢福祉課内) ☎0893(24)1714

一般歯科・矯正歯科・小児歯科

ハロー歯科クリニック



診療時間	月	火	水	木	金	土・日	祝
午前 10:00～13:00	●	▲	●	休診	●	●	休診
午後 14:30～20:00	●	▲	●	休診	●	18:00	休診

土・日も診察しております。
 火曜日は訪問診療のため、一般外来は休診

大洲市東大洲1649-1 ☎0893-25-1184

人生のリスタートをサポートします!

村上勝也法律事務所

弁護士 村上勝也 (愛媛弁護士会所属)

借金、夫婦・男女問題、交通事故、相続、成年後見などご相談ください。

相談料は(1時間ごと)

個人的なご相談は 5000円(税別) 事業者のご相談は 1万円(税別)

大洲市中村231
 愛媛舗道ビル2階1号
 (JR大洲駅から歩いて1分・徒歩2分)
 ☎0893-57-6266

詳しくはwebで www.murakami-law.net

