



健康 INFORMATION

市内の保健センター

- ・米原げんきステーション（米原庁舎 南隣）
- ・山東健康福祉センター（ルッチプラザ内）
- ・伊吹保健センター（伊吹健康プラザ愛らんど内）
- ・近江保健センター（近江庁舎に併設）

関市 健康づくり課（山東庁舎） ☎55-8105 ㊟55-2406

熱中症予防 5つのポイント

誰でもかかりうる熱中症。次の5つのことに気をつけ、熱中症を防ぎましょう。

特に、高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しているため、自覚症状がなくてもこまめな水分補給と温度調節を心掛けましょう。

- 1 日傘を差す、帽子をかぶるなど、日差しを避けましょう
- 2 こまめに水分補給をしましょう
- 3 吸水性・通気性のよい服装を選びましょう
- 4 屋内でも涼しく過ごすよう心掛けましょう
- 5 周囲の人と声を掛け合い、お互いの様子を気遣いましょう

予防接種で感染症から体を守ろう！

乳幼児期に受けた予防接種は時間の経過とともに効果が低下します。適切な時期に接種を行い、感染症から体を守りましょう。

次の予防接種を受けていない人は、定期接種の期間内に接種しましょう。

◆二種混合(ジフテリア・破傷風)

対象者：11歳～13歳になる前日

◆麻しん風しん混合 2期

対象者：平成25年4月2日～
平成26年4月1日生

◆日本脳炎

【1期初回(2回)、1期追加(1回)】

対象者：生後6カ月～7歳6カ月になる前日

【2期(1回)】

対象者：9歳～13歳になる前日



接種はすべて無料！

場 所 米原市、長浜市の指定医療機関

持 ち 物 母子健康手帳、健康保険証、診察券、委任状(保護者が同伴できない場合)

申 込 医療機関へ直接予約してください

※日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した人(平成11年4月2日～平成21年10月1日生まれの人)を対象に、特例措置として接種機会が確保されています。詳しくは健康づくり課へお問い合わせください。

休館・休診日のお知らせ

次の日程で終日休館・休診します。

米原げんきステーション(☎52-6601) ※子育て世代包括支援センターも休みます ※母子健康手帳交付は健康づくり課で行います		8/13(火) ～15(木)
診 療 所	米原診療所(☎54-5311)	8/14(水)・15(木)
	近江診療所(☎54-2127)	8/15(木)
	地域包括ケアセンターいぶぎ(☎58-1222)	

夜間・休日お薬相談窓口

夜間・休日の薬に関するお問い合わせや相談に、薬剤師がお答えします。

相談電話 ☎0749-22-7811(滋賀県薬剤師会)

開設時間 月～土曜日：21時～翌朝9時

日曜日・祝日：終日



健康教室

「慢性腎臓病と上手につきあって透析を避けましょう」

日 時 9月12日(木)13時30分～

場 所 湖北医療サポートセンター(メディサポ)
(長浜市宮司町1181-2)

講 師 市立長浜病院 腎臓代謝内科
部長 森田善方 先生

問 湖北医師会 ☎0749-65-3600

予約
不要

8月の救急医療

—休日に具合が悪くなったとき—

休日の内科・小児科の救急医療は、当番制で対応しています。受診の際には、健康保険証・お薬手帳・母子健康手帳などをお忘れなく。

医療体制		8/4 (日)	8/11 (日・祝)	8/12 (月・振)	8/18 (日)	8/25 (日)
第一次 医療体制 (比較的軽症なとき)	長浜米原休日急患診療所 (長浜市宮司町1181-2 ☎0749-65-1525) 受付時間 8時30分～11時30分 12時30分～17時30分	○	○	○	○	○
第二次 医療体制 (重症なとき)	診療時間 8時30分～ 翌朝8時30分	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤
	子どもの場合	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤
	上記以外	市民	日赤	市民	日赤	市民

小児救急電話相談 短縮ダイヤル#8000 ☎077-524-7856

●相談日時 平日・土曜日18時～翌朝8時/日曜日・祝日 9時～翌朝8時

●対象者 県内在住の15歳以下のお子さんとその家族

こどもの救急ウェブサイト [URL http://kodomo-qq.jp/](http://kodomo-qq.jp/)

日赤 …長浜赤十字病院
市民 …市立長浜病院