

すこやか直^{ちよっ}幸^{こう}便^{びん}

健康いきいき

鹿屋市保健相談センター TEL 0994-41-2110

「食改さんの料理教室」に参加しませんか

市では、毎月19日の「かのや食育の日」に合わせて「食改さんの料理教室」を開催しています（4月、5月除く）。

郷土料理をメインに季節の食材を組み合わせたバランスのとれた料理作りとランチを一緒に楽しんでみませんか。食生活改善推進員（通称：食改さん）が優しく手伝ってくれるので、料理が苦手な人でも安心して参加できます。

12月19日（木）・1月21日（火）のメイン料理は「黒豚丼」。参加を希望する場合は、12月2日（月）～13日（金）に電話でお申し込みください。



各班に1人ずつ食改さん（ピンク色のTシャツを着用）がわり、参加者をサポートします。

INTERVIEW

10月の料理教室に参加した

もり 森 沙織 さん（笠之原町）



「ピーナツ豆腐作りに楽しく参加しました！」

初めての参加で緊張しましたが、とても優しくわかりやすく教えていただきました。「ピーナツ豆腐」は家族の大好物なので、自宅でも作ってみようと思います。また、鹿屋の郷土料理として、娘にも伝えていきたいです。

休日救急当番医・歯科休日急患在宅医

鹿屋市医師会		診療時間 8:30～18:00	
月日	医療機関	住所	TEL(0994)
12月 1日	㊦ 前田内科	本町	42-2175
	㊧ おひさまこどもクリニック	新川町	42-7822
	㊨ はるしま整形外科クリニック	旭原町	41-2211
8日	㊩ 末次内科循環器科	新生町	43-2331
	㊪ えとう小児科	札元2丁目	40-3700
	㊫ 大隅鹿屋病院	新川町	40-1111
15日	㊬ 森田胃腸科内科医院	郷之原町	40-2822
	㊭ こだま小児科	笠之原町	41-5111
	㊮ 村上整形外科医院	今坂町	41-2511
22日	㊯ 池田病院	下祇川町	43-3434
	㊰ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
29日	㊱ 池田病院	下祇川町	43-3434
	㊲ 吉重内科消化器科	西大手町	41-3100
	㊳ おひさまこどもクリニック	新川町	42-7822
30日	㊴ たんぼクリニック	川西町	42-6778
	㊵ 長崎内科	笠之原町	43-2195
	㊶ やのファミリークリニック	寿4丁目	43-6248
31日	㊷ 恒心会おぐら病院	笠之原町	44-7171
	㊸ 浜崎クリニック	向江町	43-3305
	㊹ えとう小児科	札元2丁目	40-3700
1月 1日	㊺ 鮫島整形外科病院	寿1丁目	43-2535
	㊻ 伊東クリニック	札元2丁目	43-3500
	㊼ こだま小児科	笠之原町	41-5111
2日	㊽ 徳田脳神経外科病院	打馬1丁目	44-1119
	㊾ 福田病院	寿3丁目	43-4191
	㊿ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
3日	㊽ 小林クリニック	上谷町	41-0700
	㊾ おばま医院	寿2丁目	42-5235
	㊿ やのファミリークリニック	寿4丁目	43-6248
5日	㊽ かのや東病院	笠之原町	42-3111
	㊾ 児玉上前共立病院	寿5丁目	43-2510
	㊿ おひさまこどもクリニック	新川町	42-7822
	㊽ 検見崎病院	西原1丁目	43-2991

肝属東部医師会		診療時間 9:00～17:00	
月日	医療機関	住所	TEL(0994)
12月 1日	春陽会中央病院	肝付町新富	65-1170
8日	児玉医院	東串良町川東	63-8522
15日	小浜クリニック	吾平町上名	58-6025
22日	山内クリニック	肝付町前田	65-8181
29日	新中須医院	東串良町池之原	63-2010
1月 5日	花田整形外科・リウマチ科医院	串良町有里	63-1379

鹿屋市歯科医師会		診療時間 9:00～15:00	
月日	医療機関	住所	TEL(0994)
12月 1日	重久歯科医院	向江町	42-4470
8日	すみの歯科医院	寿3丁目	42-2959
15日	武田歯科医院	今坂町	44-1619
22日	近藤歯科医院	西原4丁目	44-5373
29日	はらその歯科	下堀町	40-4118
30日	あおぞら歯科	西原1丁目	36-5688
31日	永山矯正歯科医院	西原4丁目	40-1182
1月 1日	池田病院歯科	下祇川町	43-6468
2日	高須歯科医院	高須町	47-2525
3日	吉留歯科医院	旭原町	42-3708
5日	根木原歯科	札元1丁目	41-0750

◎大隅肝属地区消防組合テレホンサービス TEL 0994-43-0119

平日/午後5時から夜間救急当番医を案内

※ただし、火災発生時は一時火災情報に変わります。

休日/休日救急当番医及び歯科休日急患在宅医を案内

※休日救急当番医及び歯科休日急患在宅医は変更になることがあります。各医療機関にご確認のうえ受診してください。