

# すこやか直<sup>ちよっ</sup>幸<sup>こう</sup>便<sup>びん</sup>

健康いきいき

問 市保健相談センター TEL 0994-41-2110

## ウォーキングアプリの還元品の申請を開始します！

本市では市民の健康増進のため、今年度からスマートフォンアプリ「スポーツタウン WALKER」を活用したウォーキング事業を行っており、2月が還元品の申請期間となっています。対象者の方はぜひ申請を行ってください。

ウォーキングは運動不足を解消し、脂肪燃焼、コレステロール、血糖値、血圧の改善など生活習慣の予防や改善に効果があります。皆さんも毎日のウォーキングを始めてみませんか。

※アプリは市ホームページからダウンロードできます。



▲市ホームページ

- 対象者 市内在住の20～64歳でアプリの地域ポイントが600ポイント以上ある人
  - 還元品 QUOカード 5,000円分
  - 定員 150人程度 ※申請者多数の場合は抽選
  - 申請 2月1日(火)～28日(月)に「スポーツタウン WALKER」内で申請
- ※還元品は郵送でお届けします。

### 体の調子も良くなりました！

対抗戦に参加し、意識して歩くようになってから膝や腰の調子がよくなりました。アプリで順位を見ると歩く意欲がわくのでまた参加したいです。



### INTERVIEW

昨年11月の企業対抗戦で1位になった  
ごうはらりよくほうえん  
郷原緑萌園  
のみなさん



## 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)
1月30日	㊦ おばま医院	寿2丁目	42-5235
	㊧ こだま小児科	笠之原町	41-5111
	㊨ 小林クリニック	上谷町	41-0700
2月6日	㊩ 児玉上前共立クリニック	寿5丁目	43-2510
	㊪ やのファミリークリニック	寿4丁目	43-6248
	㊫ たんぼぼクリニック	川西町	42-6778
11日	㊬ 前田内科	本町	42-2175
	㊭ えとう小児科	札元2丁目	40-3700
	㊮ そえじまクリニック	旭原町	41-6800
13日	㊯ 伊東クリニック	札元2丁目	43-3500
	㊰ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
	㊱ 大隅鹿屋病院	新川町	40-1111
20日	㊲ 池田病院	下祓川町	43-3434
	㊳ おひさまこどもクリニック	新川町	42-7822
	㊴ 池田病院	下祓川町	43-3434
23日	㊵ みやぞのクリニック	田崎町	40-4600
	㊶ こだま小児科	笠之原町	41-5111
	㊷ よしどめ整形外科	川西町	31-1700
27日	㊸ 恒心会おぐら病院	笠之原町	44-7171
	㊹ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
	㊺ 恒心会おぐら病院	笠之原町	44-7171
3月6日	㊻ 長崎内科	笠之原町	43-2195
	㊼ えとう小児科	札元2丁目	40-3700
	㊽ 鯨島整形外科医院	寿1丁目	43-2535

※休日救急当番医の診療は、急病に対する処置ですので、翌日はかかりつけの医師などの診療を受けてください。原則として、投薬期間は通常1日分とします。

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)
1月30日	新中須医院	東串良町池之原	63-2010
2月6日	ルミコ医療ステーション	肝付町新富	65-0921
	山路医院	東串良町池之原	63-2134
	入佐内科	吾平町麓	58-7006
27日	高山胃腸科・外科	肝付町前田	65-7171
3月6日	岩重医院	東串良町川東	63-8514

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)
1月30日	あさい歯科	笠之原町	41-5100
2月6日	安代歯科医院	北田町	42-2936
	おおやま歯科クリニック	寿4丁目	43-3210
13日	池田病院歯科	下祓川町	43-6468
20日	おにがはら歯科医院	寿2丁目	40-3340
23日	吉留歯科医院	旭原町	42-3708
27日	クリス歯科	白崎町	41-3931
3月6日	けいて歯科	寿4丁目	40-0418

### ◎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。