



食推さんの「食育の日、料理講習会」

【問合せ・申込み】 保健課

☎773-6811

毎月19日は食育の日

食生活改善推進員協議会（食推）では、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、料理講習会を実施しています。

旬の夏野菜を使った減塩料理の講習会を行います。ぜひ、ご参加ください。

日時 7月13日(金)

午前10時～午後0時30分

会場 総合支援学校 調理室

内容 夏野菜を使った減塩料理

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん・台ふきん・

参加費 300円

締切り 7月9日(月)

定員 20人

みそ汁の塩分測定ができます

ご自宅のみそ汁をおちよこ1杯分、ビニール袋に入れてご持参ください。

主催 南魚沼市食生活改善推進員協議会

市民公開講座 「肝がん撲滅運動」

【問合せ】 保健課

☎773-6811

肝臓は病気が進行しないと症状が出ない「沈黙の臓器」といわれます。初期では自覚症状がほとんどなく、気付かないうちに病状が進んでいる場合があります。最新の医療情報を含む専門医の講演会を開催します。ぜひおこしください。

日時 7月28日(土)

午後2時～4時

会場 市民会館1階

多目的ホール

内容 肝臓の基礎知識、ウイルス性肝炎、脂肪肝、アルコールと肝臓

病の関係、予防、早期発見と治療

参加費 無料

申込み 不要

主催 日本肝臓学会、新潟大学歯

学総合病院肝疾患相談センター、

新潟県健康づくり財団

肝炎ウイルス出張検査（無料）

午後0時30分～

7月の城内診療所 診療担当医師（予定表）



受付・診療時間

午前：月曜～土曜 〈受付〉 8:30～11:30 〈診療〉 9:00～
午後：月曜～金曜 〈受付〉 11:30～16:00 〈診療〉 14:00～

【問合せ】 城内診療所 ☎775-2009

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 |
|-------------------|-----|---------------------------------|-----|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|-----|
| 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 休診日 |
| ■第2火曜日は高橋医師の診療です。 | | | | | | | | | | | | 1日 |
| ◆第3土曜日は休診となります。 | | | | | | | | | | | | 休診 |
| 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | | | | | | |
| 高橋 | 田中 | 高崎 | 高橋 | 高橋 | 堀内 | 休診 | 休診 | | | | | |
| 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | | | | | | |
| 高橋 | ■高橋 | 高崎 | 高橋 | 高橋 | 福本 | 休診 | 休診 | | | | | |
| 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | | | | | | |
| 休診(祝日) | 田中 | 高崎 | 高橋 | 高橋 | ◆休診 | 休診 | 休診 | | | | | |
| 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | | | | | | |
| 高橋 | 田中 | 高崎 | 高橋 | 高橋 | 福本 | 休診 | 休診 | | | | | |
| 30日 | 31日 | ◎城内診療所では、自宅まで無料で送迎します。 | | | | | | | | | | |
| 高橋 | 田中 | 送迎希望は、電話か窓口でお申し込みください(送迎は午前中のみ) | | | | | | | | | | |