

休日当番病医院

11月3日

- 整** 米澤整形外科医院(さぬき) ☎087-894-1467
- 内** 服部内科医院(さぬき) ☎52-2173
- 薬** ひな薬局志度店(さぬき) ☎087-813-6701
- 薬** たんぽぽ調剤薬局(さぬき) ☎53-2783

11月6日

- 内整外** 阪本病院(川東) ☎25-1121
- 歯** 伴歯科医院(馬宿) ☎33-6879
- 薬** 松村薬局大内店(川東) ☎26-3211

11月13日

- 内小** 三好医院(大谷) ☎25-3503
- 内** 県立白鳥病院(松原) ☎25-4154
- 歯** 合田歯科医院(さぬき) ☎42-3318
- 薬** 松村薬局松原店(松原) ☎23-1381

11月20日

- 外** 県立白鳥病院(松原) ☎25-4154
- 内** 寒川クリニック(さぬき) ☎52-1100
- 歯** 大山歯科医院(引田) ☎33-2037
- 薬** 妙見屋薬局白鳥店(帰来) ☎23-1345

11月23日

- 眼** 赤澤眼科医院(三本松) ☎25-3615
- 内** 近藤内科クリニック(町田) ☎26-3331
- 薬** NPにぶ調剤薬局(町田) ☎26-3255

11月27日

- 外** つるわクリニック(さぬき) ☎42-0170
- 内** 南医院(さぬき) ☎52-2171
- 歯** 油谷歯科医院(さぬき) ☎42-2213
- 薬** なの花薬局つるわ店(さぬき) ☎42-1288
- 薬** みなみ風調剤薬局長尾店(さぬき) ☎23-6222

※休日当番病医院・薬局は予告なく変更することがありますので受診前に担当医または下記までご確認ください。

大川地区医師会 9:00~17:00 ☎42-3424

大川地区小児夜間救病診察室

さぬき市民病院 19:30~22:00 ☎43-2521(代表)

相談情報

女性の健康相談(無料 個別相談)

女性自身のからだや心の問題は、生活習慣病や仕事の人間関係のストレスが女性ホルモンに影響を与え体調を崩すことが多いことです。女性のライフサイクルにあわせた対応が必要となってきます。「受診するほどではないけれど、心配」そんな不安を一度相談してみませんか?

☎11月11日(金) 14:00~16:00 個別面談(1人30分程度)

※都合により日程変更する場合がありますので、申込み時に確認してください。

要予約(予約電話は、8:30~17:15)

☎所 県大川合同庁舎2階相談室

相談医師 県立保健医療大学教授 塩田 敦子 先生

☎問 県東讃保健福祉事務所 保健対策課 母子担当保健師

☎29-8264

~1日5皿の野菜料理を食べましょう!~

簡単レシピで一品プラス



れんこんの塩きんぴら

調理時間 15分

1人分のエネルギー量 137kcal/塩分量 0.6g

れんこんは、地味な印象の野菜ですが、ビタミンCやカリウム、食物繊維が豊富な野菜です。また、胃腸の粘膜を守る成分が含まれているため、疲れた時や食べ過ぎた時の滋養強壮に食べるのもおすすめです。秋から冬にかけて、れんこんがおいしい季節になります。今回のレシピでは、きんぴらといっても醤油を使わずに、ベーコンと青のりでれんこんの味を引き立てています。今からが旬のれんこんを食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか?

(2人分)



★材	料★
れんこん	1節(200g)
ベーコン	2枚(30g)
青のり	小さじ半分
塩	2つまみ
酒	小さじ1
サラダ油	小さじ1

★作り方★

- ①れんこんは皮をむき、2mmの厚さの半月型に切って、水にさらしておく。
- ②ベーコンは5mm幅に切る。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンを炒める。れんこんを入れて炒め、油がなじんだら酒を入れ、フタをして3分ほど弱火で加熱する。
- ④れんこんがやや柔らかくなったら、フタを取り塩で味を調える。
- ⑤盛りつけたら、青のりを散らして完成。

消費生活に関する相談

訪問買取のトラブル

「『不要な着物を買取る』という電話があり、古い着物があつたので業者に来てもらった。しかし、着物には一通り目を通しただけで、すぐに貴金属を出すよう要求してきた。拒否しても帰ってもらえず、脅されて怖かった」という相談が寄せられています。訪問買取では▽買い取る品物の種類を明らかにする▽消費者に断られた時は勧誘を続けてはいけなと決められています。

売りたいくない時はきっぱりと断りましょう。断り切れずに不本意な契約をしてしまった時は、クーリング・オフも可能です。少しでも早く相談して下さい。

【県消費生活センター】

消費生活相談専用 ☎087-833-0999

多重債務・ヤミ金 ☎087-834-0008

【東讃県民センター】

☎42-1200

【市総務部商工観光課】

☎26-1350

東かがわ市 人の動き

10月1日現在常住人口()内は前月比

世帯数	12,429世帯	(0世帯)
総人口	30,515人	(-45人)
男	14,441人	(-26人)
女	16,074人	(-19人)

(27年国勢調査(速報値)を基に算出)

9月中の異動

転入	51人	転出	71人
出生	11人	死亡	36人