

**休日当番病医院**

1月1日

- 整** 大石整形外科医院(さぬき) ☎ 52-2107
- 内** 溝渕内科循環器クリニック(さぬき) ☎ 42-1122
- 薬** 松村薬局津田店(さぬき) ☎ 42-5704

1月2日

- 外** ヘキクリニック(さぬき) ☎ 087-894-1371
- 内** 田村内科医院(三本松) ☎ 25-2868
- 薬** レデイさぬきしど調剤薬局(さぬき) ☎ 087-894-7234
- 薬** ひだまり調剤薬局三本松店(三本松) ☎ 26-6777

1月3日

- 整内** さぬき市民病院(さぬき) ☎ 43-2521
- 薬** のぞみ薬局(さぬき) ☎ 43-6656

1月8日

- 眼** 金山眼科医院(さぬき) ☎ 087-894-7171
- 内** 古川医院(馬宿) ☎ 33-7300
- 歯** 大島歯科医院(引田) ☎ 33-5041
- 薬** ハッピー薬局ありす店(さぬき) ☎ 087-894-4830
- 薬** あいおい薬局(馬宿) ☎ 23-8533

1月9日

- 外** みさごクリニック(引田) ☎ 33-3900
- 内** ありま内科消化器クリニック(さぬき) ☎ 087-814-2388
- 薬** ハッピー薬局(さぬき) ☎ 087-894-8392

1月15日

- 小** おおばやしこどもクリニック(さぬき) ☎ 087-894-5665
- 内** 奥谷医院(三本松) ☎ 25-4478
- 歯** 中山歯科医院(さぬき) ☎ 087-894-1160
- 薬** ハッピー薬局こぐま店(さぬき) ☎ 087-894-9620

1月22日

- 皮** 白鳥皮膚科クリニック(湊) ☎ 25-6336
- 内** 江崎医院(さぬき) ☎ 087-894-0001
- 歯** 佐藤歯科医院(松原) ☎ 25-7270
- 薬** クローバー薬局(湊) ☎ 25-4731
- 薬** ホワイト薬局(さぬき) ☎ 087-814-2772

1月29日

- 外** 白鳥病院(松原) ☎ 25-4154
- 内** 桑島内科医院(三本松) ☎ 25-0771
- 歯** 高橋歯科医院(さぬき) ☎ 087-894-3388
- 薬** 松村薬局松原店(松原) ☎ 23-1381

※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)  
年末(12月29日、30日)の大川地区医療機関の診療状況は大川地区医師会ホームページ(<http://www.ookawa-ishikai.jp/>)に掲載されています。

~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**



**大根の彩り和え**

調理時間 15分

1人分のエネルギー量 31kcal/塩分量 0.2g

日本人が年間を通して一番多く食べている野菜は…大根です!秋から冬になると甘みが増すため、今が一番美味しい季節です。

大根には、消化酵素ジアスターゼが豊富に含まれ、胃腸の働きを助ける効果があります。消化酵素は、加熱により効果が失われるため、今回のレシピでは、加熱せず食べられる和えものにしました。おせち料理に「なます」として入れてもいいですね。カラフルで食卓も元気になる一品です。

(4人分)



**★ 材 料 ★**

大根	100g
パプリカ(黄)	1/4個
パプリカ(赤)	1/4個
かいわれ大根	4本
鶏ささみ	1本
酒	小さじ1
塩	適量
【調味料】	
だし汁	小さじ2
濃い口しょうゆ	小さじ1/2
酢	大さじ1と1/2
砂糖	小さじ1
すりごま	小さじ1

**★ 作り方 ★**

- ①ささみに酒をふり、耐熱皿にのせて電子レンジに3分間かける。火が通っていない場合はさらに加熱する。火が通ったら、細かくさいて冷ましておく。
- ②大根は、皮をむき千切りにする。パプリカ1/4個は、縦に切って取り、さらに横に半分にしてから薄切りにする。
- ③②で切った大根とパプリカは、塩少々を振りかけて混ぜて置いておく。
- ④調味料を合わせておく。大根とパプリカは、水気をよく絞り塩気が濃いようなら一度水で洗って絞る。
- ⑤①のささみと絞った大根とパプリカ、調味料を和えて器に盛りかいわれ大根を添える。

**消費生活に関する相談**

**DMMと表示された架空請求**

「携帯電話にDMM相談窓口というところから『有料動画サイトの閲覧履歴がある。至急連絡するように。連絡がない場合は法的措置を取る。』とSMSでメールが届いた。慌てて電話すると『未払金があるので払え。』と言われた。」などの相談が多数寄せられています。

これは「株式会社DMM.com」をかたって、電話番号あてに無差別に送られた架空請求のメールです。

このようなメールが届いても、慌てて業者へ連絡してはいけません。不安な時は消費生活センターや警察に相談してください。

**【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**

12月1日現在常住人口( )内は前月比

世帯数	12,433世帯	( 5世帯)
総人口	30,477人	( - 2人)
男	14,427人	( - 8人)
女	16,050人	( 6人)

11月中の異動

転入	39人	転出	33人
出生	21人	死亡	29人