



### 4・5月の休日在宅当番医 午前8時30分～午後5時

月日	病院名	所在地	電話番号
4/17	はるかぜ醫院 むさし整形外科医院	国見町大熊毛 武蔵町古市	89-9414 69-0171
4/24	富来K、クリニック 松原医院	国東町富来浦 武蔵町古市	73-3010 68-0010
4/29	国東中央クリニック 牛嶋内科・胃腸科クリニック	国東町北江 武蔵町古市	73-2200 69-0889
5/1	末綱クリニック たてわき眼科	国東町田深 武蔵町糸原	72-0433 69-0111
5/3	国見病院 メーブル尽クリニック	国見町伊美 安岐町下原	82-1251 67-2800
5/4	堀田医院 あさひクリニック	国見町伊美 国東町綱井	82-0490 72-0365
5/5	はるかぜ醫院 松原医院	国見町大熊毛 武蔵町古市	89-9414 68-0010
5/8	松木医院 朝倉内科医院	国東町岩屋 安岐町中園	72-0345 67-2012



### 4・5月の休日歯科当番医 午前9時～正午

月日	医院名	所在地	電話番号
4/17	ふじがき歯科医院	国見町伊美	82-1011
4/24	河野歯科医院	速見郡日出町川崎	0977-73-1182
4/29	川野歯科医院	武蔵町古市	68-1574
5/1	なんば歯科医院	杵築市杵築北浜	63-4182
5/3	栗林歯科医院	国東町鶴川	72-0038
5/4	久保歯科医院	杵築市奈多	63-8241
5/5	なかよし歯科医院	武蔵町古市	68-0118
5/8	大原歯科医院	速見郡日出町	0977-72-1616

※休日当番医は変更になることがありますので、電話でご確認のうえ受診してください。  
※国東市民病院（安岐町下原 ☎67-1211）・あおぞら病院（国東町小原 ☎72-0455）は救急病院です。



### 実は乾燥しやすい子どもの肌

お子さんの肌には、スキンケアなんて必要ないと思えるかもしれませんが、実は大人よりも皮膚が薄く、水分や皮脂も少ないため乾燥しやすいのです。また、アレルギーなどの侵入を防ぐ皮膚のバリア機能も弱いので、湿疹や皮膚炎をおこしやすい状態です。しっかり保湿をして、お子さんの肌を守りましょう。

#### ★スキンケアの基本（お風呂編）

- ①よく泡立てた石けんで洗う。  
泡で洗うだけでも汚れはきちんと落ちます。  
撫でるように洗いましょう。
- ②泡をしっかり洗い流し、  
水分を乾いたタオルでふき取る。
- ③保湿剤を塗る。  
空気が乾燥する時期は、ティッシュが張り付くくらいがよいです。



#### 【塗る量（目安）】

チューブタイプのものであれば、大人の指先から第1関節まで出した量で、手のひら2枚分の面積を塗れます。



#### 【問合先】

医療保健課（国東市子育て世代包括支援センター）  
☎73-2525

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。

#### にこにこ子育て広場

子育ての相談や、保護者同士の交流ができる場です。

日時 4/19(火) 午前10時

場所 国見保健センター

日時 4/20(水) 午前10時

場所 安岐保健センター

日時 4/27(水) 午前10時

場所 国東保健センター

日時 4/28(木) 午前10時

場所 武蔵保健福祉センター

#### 離乳食教室 ※2日前までに要予約

離乳食のすすめ方、作り方が学べる教室です。

日時 4/22(金) 午前10時

場所 国東保健センター

#### こころや言葉の相談会 ※要予約

お子さんの発達や気になる行動について相談をお受けします。完全予約制。会場や時間は予約時にお伝えします。

開催日 4/13(水)

申・問

医療保健課 ☎73-2525 国見総合支所 ☎82-1112

武蔵総合支所 ☎68-1184 安岐総合支所 ☎67-1111

#### 障がい者福祉相談

障がい者のための総合相談窓口です。ご家族からの相談も可能です。

日時 4/12(火) 午後1時30分～3時

場所 アストくにさき

日時 4/19(火) 午後1時30分～3時

場所 隣保館

日時 4/26(火) 午後1時30分～3時

場所 安岐総合支所

問 福祉課 障がい者支援係 ☎72-5164

#### 民事・家事手続き案内 ※前週金曜日までに要予約

裁判所の利用や申立手続などについて説明・案内します。

日時 5/11(水)

午前9時30分～午後3時30分

場所 アストくにさき

問 大分地方・家庭裁判所杵築支部 ☎62-2052

### 県の新型コロナウイルスに関する相談窓口

#### 24 新型コロナウイルス相談窓口

☎097-506-2775(24時間対応)

新型コロナウイルスの全般的な相談窓口です。

#### 24 受診相談センター

☎097-506-2755(24時間対応)

発熱やかぜ症状などがあり、受診先に迷う場合など。

東部保健所 国東保健部 ☎72-1127

新型コロナウイルスに感染した疑いがある場合など。

### ワクチンの副反応に関する相談窓口

#### 24 大分県新型コロナワクチン副反応等専門相談窓口

☎097-506-2850(24時間対応)

ワクチン接種後の副反応について、医学的知見が必要となる専門的な相談に応じます。(相談例)接種後3日経っても腫れているが、医療機関を受診した方がよいか、など。

### 市内の無料相談

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。

#### 行政相談

行政などへの苦情や意見、要望を受け、その解決や実現を促進します。

日時 4/13(水) 午前10時～正午

場所 アストくにさき、武蔵保健福祉センター

問 大分行政監視行政相談センター

☎097-532-3715

#### こころの相談 ※3日前までに要予約

こころの悩み、人間関係、家族との問題など、つらい気持ちを伝えてください。

日時 4/21(木) 正午～午後1時

場所 東部保健所 国東保健部

申・問 東部保健所 国東保健部 ☎72-1127

#### 行政書士会無料相談 ※要予約、1組30分以内

遺言・相続、在留資格、法人設立、各種許可申請など、お気軽にご相談ください。

日時 4/21(木) 午後1時～3時

場所 安岐中央公民館

申・問 大分県行政書士会杵築支部

☎0977-72-3001

#### 大分県よろず支援拠点 ※要予約

専門家が販路開拓や資金繰りなど、幅広い経営相談に応じます。

日時 4/27(水) 午前10時～午後4時

場所 国東市役所

申・問 国東市商工会 ☎72-2000