6月の緊急救急当番医はつぎのとおりです（変更になる場合があります）

		江別市　診療時間は各病院へお問合せください。						岩見沢市内の緊急救急当番医について
日	曜日	《内科系》		《小児科系》		《外科系》		※岩見沢市内の緊急救急当番医は ①岩見沢医師会のホームページ ②新篠津消防署　☎0126－57－2034 ③新篠津村役場（当直）☎0126－57－2111 で直接ご確認ください。
6	土	－	－	－	－	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111	
7	日	平賀内科クリニック	野幌東町26-26 ☎011-382-5989	－	－	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111	
13	土	－	－	－	－	谷藤病院	幸町22 ☎011-382-5111	
14	日	緑苑クリニック	野幌末広町2-12 ☎011-381-6490	松尾こどもクリニック	高砂町25-11 ☎011-384-8819	谷藤病院	幸町22 ☎011-382-5111	救急安心センターさっぽろについて ※急な病気やケガで、救急車を呼ぶか、医療機関を受診すべきか迷ったときは、救急安心センターへお電話をしてください。受付員や看護師が症状に応じて、119番への転送や医療機関の受診案内、応急手当などの助言を行います。 (24時間365日利用できます)
20	土	－	－	－	－	江別市立病院	若草町6 ☎011-382-5151	
21	日	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111	よしなりこどもクリニック	上江別東町44-17 ☎011-391-4470	江別市立病院	若草町6 ☎011-382-5151	
27	土	－	－	－	－	谷藤病院	幸町22 ☎011-382-5111	
28	日	みはらしクリニック	元江別890-15 ☎011-384-3184	－	－	谷藤病院	幸町22 ☎011-382-5111	

お出かけ前には「紫外線情報」をチェック！

日焼けが気になる紫外線ですが、浴びすぎると皮膚がんや白内障になりやすいことが知られています。気象庁では、日々の紫外線対策を効果的に行えるように「紫外線情報」を提供しています。

６月から８月が最も強い時期で、正午ごろが強い時間帯です。また、山や砂浜では強くなりますので、登山や海水浴のときには、より日焼けをしやすくなります。また、日本では南に行くほど強くなり、沖縄は北海道の２倍くらいの量があります。

これからの季節は外出する機会が増えてきますので、お出かけ前には紫外線情報を確認し、帽子やサングラス、日焼け止めクリームを利用するなど予防策をお勧めします。

＜紫外線情報分布図を確認できます＞アドレス：http://www.jma.go.jp/jp/uv/

1～2　弱い ●●●●●●●●●●●●▶ 安心して戸外で過ごせます。

3～5　中程度 ●●●●●●
6～7　強い ●●●●●●　●●●●▶ 日中はできるだけ日陰を利用しよう。できるだけ長袖シャツ、日焼け止め、帽子を利用しよう。

8～10　非常に強い ●●●●●
11＋　極端に強い ●●●●●　●●●●▶ 日中は外出はできるだけ控えよう。必ず長袖シャツ、日焼け止め、帽子を利用しよう。

●問合先／札幌管区気象台天気相談所　☎ 011－611－0170