



沖縄タイムス



『救急当直医横』(本誌／ラテ・BS・情報面)

月～日 毎日掲載！ 貴社のPR広告に活用してみたいかがでしょうか？

【紙面見本】

〈原寸〉

タテ：150mm
ヨコ：15mm

秘伝のヒント

ニンジンと豚肉の甘辛煮

2人分でニンジン小1本(200gぐらい)、豚ひき肉100gを用意します。ニンジンは皮むき器で平打ちパスタのように薄く削り、長さを切りそろえます(1cm幅、4～6cmぐらいが目安)。厚手の鍋でごま油、サラダ油各小さじ1を熱し、ニンジンをおろし、少し軟らかくなったら取り出します。同じ鍋にひき肉を入れて火を通し、しょうゆ大さじ1、砂糖大さじ1/2、トウバンジャン少々を加え、弱火で少し煮ます。

全体がとろりとなったら、ニンジンを入れてからめ、味をみて調整します。器に盛って、いり白ゴマ少量を振ります。(1人分202kcal、塩分1.5%)

名	最高	最低	天気	湿度
那覇	32.4	27.4	曇	74
久米島	32.5	26.8	曇	79
大東島	31.4	26.6	曇	78
宮古島	31.7	27.1	雷雨	86
石垣島	31.7	27.1	雷雨	86
与那国	33.4	27.7	雷雨	95

日	運勢	吉数	方位	健康	金銭	異性
1月	集中力低下傾向。ぼーっとする時間に注意	3	東南	△	△	△
2月	最後まで緊張を緩めずやる。結果が楽しみ	7	南西	△	△	△
3月	何をしても周囲から注目される。活躍の日	5	金北	◎	▽	○
4月	感情的にならず、心身のバランスを保つこと	6	茶北	○	△	△
5月	共感が信頼を生む。思いは言葉にして吉に	8	白西	△	△	○
6月	息を整えるべきとき。何事も欲張らないで	3	朱南	▽	○	△
7月	スタートダッシュを。勢い駆って最後まで	10	紫北	○	△	▽
8月	楽しみな一日。懐かしい人との再会の喜び	1	青北	○	▽	○
9月	思い掛けぬ利を得る。商運も大きく弾む日	4	赤南	○	◎	▽
10月	よい時と悪い時の波大きく戸惑う。冷静に	2	緑東	△	△	△
11月	当て外れでがっかりすることが。気分一新	9	黒北	▽	○	△
12月	思い定めて真つすぐに進む。わき目ふらず	7	黄南	△	△	◎

名	電話	内	小児	外	整形	産婦	脳神	循環	泌尿	他※	診療時間
那覇市立病院	884-5111	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	8:30~17:00
同 急病センター	887-1199	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	17:00~翌8:30小児科医は常時在勤
大浜第一病院	866-5171	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
沖繩赤十字病院	853-3134	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	9:00~20:00 9:00~12:00 9:00~17:00 9:00~19:00
小椋病院	857-1789	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	9:00~17:00
前浜小児科医院	887-0800	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	9:30~12:00, 15:00~20:30
沖繩協同病院	853-1200	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日(小児科医の診察は9:00~12:00)
県立南部医療センター・こども医療センター	888-0123	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日 終日(8:30~17:00は紹介患者・救急車のみ受付) 終日(0:00~17:00は紹介患者・救急車のみ受付)
豊見城中央病院	850-3811	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
南部病院	994-0501	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	8:30~22:00
南部徳洲会病院	998-3221	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
与那原中央病院	945-8101	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	8:30~24:00 8:30~23:00
浦添総合病院	878-0231	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	呼形	終日
牧港中央病院	877-0575	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
ハートライフ病院	895-3255	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
中部協同病院	938-8828	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	9:00~24:00
中部徳洲会病院	937-1110	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
中頭病院	939-1300	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日 18:00~22:00
県立中部病院救命救急センター	973-4111	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
宜野湾記念病院	893-2101	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	9:00~22:00
県立北部病院	0980-52-2719	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日 8:00~22:00
北部地区医師会病院	0980-54-1111	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
北部地区医師会付属病院心臓血管センター	0980-54-0810	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	終日
精神科救急医療情報センター	889-8893	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	17:00~翌9:00
那覇市医師会「医療・少年心の相談」	9:00~17:00	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	※ 眼=眼科 歯=歯科 呼=呼吸器外科

東日本大震災義援金受け付け

※口座番号、名義は各ホームページ参照

- 県共同募金会 電話098(882)4353
- 日本赤十字会支部 電話098(835)1177
- 沖縄タイムス社

※義援金は、被災地の新聞社を通じて被災者へ届けられます。

※受付日時 平日午前10時～午後5時(土日、祝日を除く)

※受付場所 沖縄タイムス社 総務局総務部
〒900-8678 那覇市久茂地2-2-2
電話098(860)3548

※受付内容 現金のみ(現金書留は本社で受け付け)

お引越先への新聞配達の変更は...

2~3日前にご連絡いただければ、ご入居日から配達できます。

最寄りの沖縄タイムス フリーダイヤル

販売店か、 ☎0120-21-9674

※シンブンはシンブンでわかる

浦添ケレブクリニック 胃腸科・内科

◆◆◆ 消化器(胃・大腸)科
◆◆◆ 肝臓疾患(超音波)科
◆◆◆ 人間ドック・骨粗鬆症

診療時間
午前 9:00~12:00
午後 12:00~5:30

月 ○ ○
火 ○ ○
水 ○ ○
木 ○ ○
金 ○ ○
土 ○ 5時まで

駐車場有り
☎123-4567
●●●●●●●●

院長



ヨコ15mm×タテ150mm モノクロ

料金 1回 **¥10,000**(税別)

月に5回以上掲載の場合...

1回 **¥8,000**(税別)

掲載回数についてはご相談に応じます。

- 掲載場所 沖縄タイムス ラテ・BS・情報面
- 広告サイズ 4段(W15mm×H150mm)
- ※原稿制作費は無料です。
- ※消費税は、別途ご請求させていただきます。

私達は、進化する医療機関の広告のお手伝いのできればと頑張っております。

OMP 有限会社 沖縄マーケットプランニング

〒901-2127 沖縄県浦添市屋富祖1丁目3番16号
TEL.098-877-8588(代表) FAX.098-877-8998

担当/