

備考欄は、①内容、②持ってくる物、③問い合わせ・申込先です。
※駐車場に限りがあるので、できるだけ公共交通機関で来てください

Health and Medical information

■ ハツラツ！はつかいち交流ウォーキング

とき	ところ	備考
9日(月) 9:30 (9:15~ 受け付け)	中央市民 センター	①廿日市地区周辺(約6km) ③中央市民センター ☎1266 ※雨天中止
20日(金) 9:00	串戸市民 センター	①廿日市マリンコース(廿日市大橋 西下経由約8km) ②参加費100円(保険料含む) ③18日(水)午前中までに串戸市民セン ター ☎2096 ※雨天中止
27日(金) 9:30	吉和 魅惑の里	①魅惑の里コース(約2kmと約4km) ②参加費50円(保険料含む) ③吉和支所 ☎2111 ※雨天中止

※飲み物、タオル、帽子、ウォーキングカード、歩数計なども
持参してください

■ 「健康はつかいち21ウォーキングカード」 達成者

片山 セイ子(かたやま・せいこ)さん(大野9区)
久波 尚之(くば・なおゆき)さん(大野2区)
小笹 美佐保(こざさ・みさお)さん(大野8区)
鷹本 勝江(たかもと・かつえ)さん(大野8区)

■ ハートビクス【佐伯地域】

とき	ところ	備考
26日(木) 13:00~15:30	友和市民 センター	①運動教室と栄養・運動の個別アド バイス 講師 松本直子さん 対象 市内在住のおおむね40歳以 上の人 ※循環器疾患などの既往歴がある人 は医師に相談後参加してください ②飲み物、タオル、運動できる上靴 ③佐伯支所 ☎1124

■ 子どものための料理教室

ボランティアで地域の食育を推進しているヘルスメイト
(食生活改善推進員)が指導します。

とき	ところ	備考
30日(月) 9:30~12:30 (9:00~ 受け付け)	あいプラザ	①料理教室 ②参加費(450円)、エプロン、三角 巾、上履き、ふきん(2枚) ③家族が料理の試食を希望する場 合は、申し込みのときに知らせ てください ※試食代として別途450円が必要

■ 体若返り教室ハートビクス【宮島地域】

とき	ところ	備考
5日(木) 14:00~15:30	西連集会所	①ハートビクス運動 講師 松本直子さん ②飲み物、タオル、運動できる上靴

■ 介護予防教室【吉和地域】

とき	ところ	備考
5日(木) 19日(木) 14:00~15:30	吉和福祉 センター	①介護予防体操 ②参加費100円、飲み物、タオル、 運動できる上靴 ③吉和支所 ☎2111

■ 集団健診の申し込み受け付け中

健診の日程 ※先着順です

とき	ところ	備考
5日(木)	大野福祉保健センター	・特定健診 ・後期高齢者健診 ・胃がん検診 ・肺がん検診 ・大腸がん検診 ・乳がん検診 ・子宮頸がん検診 ・C型・B型肝炎ウイル ス検査
6日(金)	9区集会所	
8日(日)	大野福祉保健センター	
9日(月)	大野福祉保健センター	
11日(水)	宮島福祉センター	
20日(金)	あいプラザ	
21日(土)		
22日(日)		
23日(月) ※託児があります (要予約)		
8月1日(水)	吉和福祉センター	

当日の健診受付時間は、8:30~10:00で市が指定します。詳
しくは「平成30年度健診のご案内」または、市ホームページで
確認してください。

※11日(水)は、子宮頸がん検診はありません
問い合わせ・申込先 健診専用電話 ☎2026
※医療機関個別健診は直接医療機関に予約・申し込んでください

■ 特定健診を受診しましょう

特定健診を無料で受けることができる「受診券」が届いた人
は、健康診断を受けましょう。

■ 8020(ハチマルニイマル)運動達成者(80歳以上で自分の歯が20本以上残っている人)を表彰します

対象 平成30年4月1日以降に80歳以上で20本以上の歯を有
し、市内在住で、歯科医師の推薦を受けている人(過去に表
彰を受けた人は除く)

応募期間 7月13日(金)~9月14日(金)
※該当する人は、かかりつけの歯科医師へ相談し、歯科医師の
推薦を受けてください

※11月4日(日)のあいプラザまつりにて「8020運動達成者表彰式」
を予定しています

7月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住所	電話
1日(日) 9:00~18:00	安東内科クリニック	内科	対巖山2-15-9	50-1231
	松田整形外科	整形外科	串戸2-17-4	34-1800
8日(日) 9:00~18:00	かめよし皮ふ科・アレルギー科	皮膚科・ アレルギー科	阿品3-1-6 5階	36-1239
	わき小児科医院	小児科	下平良1-3-36 3階	34-0207
15日(日) 9:00~18:00	青葉レディースクリニック	婦人科・内科	福面2-1-11	50-2327
	串戸心療クリニック	心療内科・ 精神科	串戸4-2-16	30-6014
16日(祝) 9:00~18:00	阿品土谷病院(内科)	内科	阿品4-51-1	36-5050
	井村眼科医院	眼科	天神5-12	32-7500
22日(日) 9:00~18:00	おおさき小児クリニック	小児科	阿品3-1-6 2階	20-3131
	ひらた耳鼻咽喉科・アレルギー科	耳鼻咽喉科・ アレルギー科	天神12-7	34-3828
29日(日) 9:00~18:00	大野キッズ・ファミリークリニック	小児科	大野中央5-1-43 2階	55-3021
	ふじかわ心療内科クリニック	心療内科・ 神経科・精神科	下平良1-3-36 2階	34-0035

当番医は変更することがあるので、受診の前に必ず当番医へ問い合わせてください。

当番医が不在の場合は、廿日市市消防本部(☎32-8111)へ連絡してください。休日に診療している病院の問
い合わせに応じます。

医療機関名	診療科目	診療日時
廿日市市休日・夜間急患診療所 新宮1-13-1 (あいプラザ併設) ☎20-1011(診療時間内で21:45まで)	内科 (対象:15歳以上)	月~土曜日 19:00~22:00 日・祝・休日 9:00~22:00
広島市立舟入市民病院 広島市中区舟入幸町14-11 ☎082-232-6195	外科	月~金曜日(祝・休日を除く) 19:30~22:00 ※症状を電話で事前に連絡してください
	小児科	毎日24時間
広島市立広島市民病院 広島市中区基町7-33 ☎082-221-2291	耳鼻咽喉科	土曜日(祝・休日を除く) 19:00~22:30
	内科など (歯科・歯科口腔 外科を除く)	毎日24時間 ※成人(高校生相当年齢以上)を診療
広島口腔保健センター 広島市東区二葉の里3-2-4 ☎082-262-2672	歯科	日・祝・休日 9:00~15:00
広島西医療センター 大竹市玖波4-1-1 ☎0827-57-0077	小児科	日・祝・休日 8:30~17:15

診療時間・科目は必ず事前に問い合わせてください。

支払う医療費には、時間外加算または休日加算が含まれます。休日・夜間急患診療所は、救急患者のための
診療所です。急患でない場合は、できるだけ通常の診療時間内に、かかりつけ医で受診してください。

受診の際は、健康保険の被保険者証を持参してください。

※7月2日(月)から、休日・夜間急患診療所の外科診療日が月~金曜日に増えます。ただし、祝・休日の場合は、
内科診療のみ開設しますので注意してください

救急案内

消防本部	☎32-8111(休日の病院の問い合わせ) 救急ファクシミリ119番 ㊚119
小児救急医療相談電話	☎#8000・☎082-505-1399 毎日19:00~翌朝8:00 ※小児科勤務経験がある看護師が相談対応(医師が支援)