

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
17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☎21266 ※雨天中止
21日(金) 9:00	串戸市民 センター	①平良小学校前・宮園公園(速谷 神社前)コース(約6km) ②参加費100円 ③19日(水)午前中までに串戸市民セ ンター☎22096 ※雨天中止

※飲み物、タオル、帽子、ウォーキングカード、歩数計(持
ている人)などを持参してください

■ 「健康はつかいち21ウォーキングカード」達成者

各地区の交流ウォーキングやウォーキング大会で押され
るスタンプを20個集めた人を掲載しています。
上 敬二(うへ・けいじ)さん(住吉)
橋本 富久枝(はしもと・ふくえ)さん(大野8区)

■ ハートビクス

とき	ところ	備考
18日(火) 13:30~ 15:30	【大野地域】 大野福祉 保健センター	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(廿日市・ 佐伯)、田中里美さん(大野)
20日(木) 13:30~ 15:30	【佐伯地域】 友和市民 センター	②タオル、飲み物、運動できる服装・ 靴、体操用マット(持っている人) 対象 市内在住の40歳以上の人 ※循環器系疾患など既往歴のあ る人は医師に相談して参加し てください
21日(金) 13:30~ 15:30	【廿日市地域】 あいプラザ 1階多目的 ホール	③保健センター☎21610(廿日市)、 大野支所☎3309(大野)、佐伯 支所☎1124(佐伯)

■ 体若返り教室ハートビクス【宮島地域】

とき	ところ	備考
6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 ③宮島支所☎2001

■ ハツラツ元気塾【宮島地域】

とき	ところ	備考
27日(木) 14:00~15:30	西連集会所	①百歳まで歩く！腰痛予防解消 体操(筋力アップ) 講師 松本直子さん ②飲み物、タオル、運動できる 上靴 ③宮島支所☎2001

■ 人間ドックの申し込みは12月末までです

詳しくは各家庭に配布している「平成30年度健診のご案内」または、市ホームページを確認してください。
問い合わせ 健診専用電話☎2026

■ 医療機関個別健診(特定健診・がん検診)は12月末までです

直接、医療機関に予約をして健診を受けてください。

■ HIV抗原抗体検査・梅毒検査・肝炎ウイルス検査

毎月第3水曜日に実施しています(要予約)。
とき 12月19日(水) 9時~11時(結果通知日は相談後に
決定)
ところ 西部保健所
問い合わせ・申込先 西部保健所☎1181

■ 平成31年1月からダイヤル「#7119」による救急電話相談を開始

廿日市市を含む広島広域都市圏で、
増加する救急要請に対応するため、平
成31年1月28日(月)12時から救急相談セ
ンターを開設します。



広島広域都市圏
マスコットキャラクター
ひろしま都市犬はっしー

救急相談 センター ☎#7119 毎日24時間	専門スタッフが電話で相談に対応します。 ・急な病気やケガで救急車を呼ぶか迷うとき (例) 子どもが急に熱を出した 突然、めまいがして気分が悪い おなかが痛い ・受診できる医療機関がわからないとき など
----------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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 ファクス☎119
小児救急医療相談電話	☎#8000または☎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)

12月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住所	電話
2日(日) 9:00~18:00	友和病院 わか小児科医院	精神科 小児科	峠500 下平良1-3-36 3階	74-0688 34-0207
9日(日) 9:00~18:00	安東内科クリニック かとうレディースクリニック	内科 婦人科	対蔵山2-15-9 阿品3-1-6 4階	50-1231 36-0135
16日(日) 9:00~18:00	青葉レディースクリニック 井村眼科医院	婦人科・内科 眼科	福面2-1-11 天神5-12	50-2327 32-7500
23日(祝) 9:00~18:00	しげの整形外科スポーツクリニック ひらた耳鼻咽喉科・アレルギー科	整形外科 耳鼻咽喉科・ アレルギー科	阿品3-1-6 3階 天神12-7	20-3333 34-3828
24日(月) 9:00~18:00	松田整形外科 ふじかわ心療内科クリニック	整形外科 心療内科・神 経科・精神科	串戸2-17-4 下平良1-3-36 2階	34-1800 34-0035
30日(日) 9:00~18:00	平田内科小児科医院 さくらクリニック	内科・小児科 内科・外科	阿品台4-1-26 宮内1492-1	39-1155 39-2201
31日(月) 9:00~18:00	かめよし皮膚科・アレルギー科 さいとう眼科	皮膚科 眼科	阿品3-1-6 5階 串戸2-20-1	36-1239 34-1750

当番医は変更することがありますので、受診の前に必ず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。

12月と年末年始の休日・夜間急患診療

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 (あいプラザに併設) ☎20-1011 (診療時間内で21:45まで)	内科 (対象:15歳以上) 外科	月~土曜日 19:00~22:00 日曜日、祝・休日、12月30日(日)~平成31年1月3日(木) 9:00~22:00 月~金曜日(祝・休日、12月31日(月)~平成31年1月3日(木) を除く) 19:30~22:00 ※事前に症状を電話で連絡してください
広島市立舟入市民病院 広島市中区舟入幸町14-11 ☎082-232-6195	内科 小児科 耳鼻咽喉科 眼科	12月31日(月)9:00~平成31年1月4日(金)8:30 毎日24時間(年末年始含む) 土曜日(祝・休日を除く) 19:00~22:30 12月31日(月)~平成31年1月3日(木) 9:00~19:00 12月31日(月)~平成31年1月3日(木) 9:00~19:00
広島市立広島市民病院 広島市中区基町7-33 ☎082-221-2291	内科など (歯科・歯科口腔 外科を除く)	毎日24時間(年末年始含む) ※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	日曜日、祝・休日、12月30日(日)~平成31年1月3日(木) 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	日曜日、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。

休年末年始の休日歯科診療

とき	医療機関名	住所	電話
12月30日(日)9:00~15:00	村上歯科医院	前空5-2-5	50-6666
12月31日(月)9:00~15:00	かいで歯科医院	桜尾本町7-5	32-1777
1月2日(水)9:00~15:00	とだ歯科医院	大野1235-9	55-3090
1月3日(木)9:00~15:00	西野歯科医院	廿日市1-8-18	31-5800