

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(日) 9:00集合 ※雨天時は健康運動指導士による講習	宮園市民センター	①見晴らしまんてん原コース(約6km)、らくらく速谷コース(約4km) ②参加費50円(宮園在住者無料) ③3日(月)までに宮園市民センター ☎⑩1699または保健センター ☎⑩1610
9日(日) 9:00集合	玖島市民センター	①長いコース約2時間30分、短いコース約2時間 ②参加費100円(保険料を含む) ③4日(火)までに玖島市民センター ☎⑩0505または佐伯支所 ☎⑩1124
17日(月) 9:15集合	中央市民センター	①廿日市地区周辺(約6km) ③14日(金)までに中央市民センター ☎⑩1266
21日(金) 9:00集合	串戸市民センター	①桂公園・洞雲寺コース(西国街道 約7km) ②参加費100円 ③19日(水)正午までに串戸市民センター ☎⑩2096
28日(金) 9:30集合	吉和支所	①田園コース(約6km) ②参加費50円 ③吉和支所 ☎⑩2113

※飲み物、タオル、帽子、ウォーキングカード、歩数計(持っている人)なども持参してください
※雨天中止

■ 「健康はつかいち21ウォーキングカード」達成者

木村 朝見(きむら・あさみ)さん(大野10区)
木村 久枝(きむら・ひさえ)さん(大野10区)
多里 暁美(たり・あけみ)さん(大野10区)
田口谷 靖子(たぐちだに・はるこ)さん(大野10区)
白石 迪雄(しらいし・みちお)さん(大野9区)
山崎 正博(やまさき・まさひろ)さん(廿日市)
山崎 孝子(やまさき・たかこ)さん(廿日市)

■ 歯のなんでも相談日

とき 6月16日(日)9:00~13:00(受け付け12:00まで)
ところ 山崎本社 みんなのあいプラザ
内容 歯科健診・相談コーナー、口臭チェックコーナー、歯周病リスクチェックコーナー、むし歯リスクチェックコーナー、歯科技工展示・実演コーナー、フッ素塗布コーナー、栄養相談コーナー、ミニ講座「おくちの健康とからだの健康」

■ 健康はつかいち21 体力測定【大野地域】

とき	ところ	備考
9日(日) 10:00~11:00	大野福祉保健センター	①体力測定、骨密度・肺活量測定、運動相談 ②飲み物、タオル、運動できる服装、運動靴(土足可) ③大野支所 ☎⑩3309

■ 体若返り教室ハートビクス【宮島地域】

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。食は命の源であり、欠かすことができません。子どもから高齢者まで、この機会に食育に取り組んでみませんか。

とき	ところ	備考
6日(木) 13:30~15:30	西連集会所	①栄養士の話、ハートビクス運動講師 村上美恵子さん、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 ☎⑩3309

■ 集団健診の申し込み受け付け中(先着順)

とき	ところ	備考
6月26日(水)		・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月28日(金)、7月8日(月)は、胃がん・乳がん・子宮頸がん検診はありません
6月27日(木)		
6月28日(金)	山崎本社	
6月29日(土)	みんなのあいプラザ	
6月30日(日)		
7月1日(月)		
7月4日(木)	大野福祉保健センター	
7月5日(金)	大野9区集会所	
7月7日(日)	大野福祉保健センター	
7月8日(月)		

当日の健診受付時間は、8:30~10:00の間で市が指定します。詳しくは「平成31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。
問い合わせ・申込先 健診専用電話 ☎⑩2026
※医療機関個別健診は直接医療機関に予約・申し込みしてください



集団健診 web予約受付中

■ 特定健診、がん(胃・肺・大腸・乳・子宮頸)検診、人間ドックの申し込み受け付け中

廿日市市国民健康保険加入の40歳~74歳の人は、特定健診を無料で受けることができます。対象者には、5月下旬に「特定健診受診券(ピンク色)」を送付しています。
また、次の人には、乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券を5月下旬に送付していますので、ぜひ受診してください。
【乳がん】昭和53年4月2日~昭和54年4月1日生まれの女性
【子宮頸がん】平成10年4月2日~平成11年4月1日生まれの女性
問い合わせ・申込先 健診専用電話 ☎⑩2026

■ 風しんの追加的対策(抗体検査と予防接種)

追加対策の対象 昭和37年4月2日~昭和54年4月1日に生まれた男性
期間 令和4年3月31日(木)まで
受け方 まず抗体検査を受け、十分な抗体がない人は予防接種の対象になります。
【無料クーポン券】
昭和47年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性で、3月31日時点で市に住居票がある人に、5月中旬~下旬に無料クーポン券を郵送しています。
廿日市市に転入し、前居住地の市町村が発行した無料クーポン券を持っており、抗体検査を希望する人は廿日市市の無料クーポン券と交換が必要です。詳しくは、市ホームページを確認、または保健センターに問い合わせてください。
問い合わせ 保健センター ☎⑩1610

■ 節目歯科健診受診券は届きましたか?

市は、皆さんの歯の健康づくりを支援する「節目歯科健診」を行っています。
対象者には、指定の歯科医療機関で歯科健診を1,000円で受けることができる受診券を郵送していますので、ぜひ利用してください。
有効期限 令和2年3月31日(火)
対象 平成31年4月1日時点で次の年齢に達している人
40歳(昭和53年4月2日~昭和54年4月1日生まれ)
50歳(昭和43年4月2日~昭和44年4月1日生まれ)
60歳(昭和33年4月2日~昭和34年4月1日生まれ)
70歳(昭和23年4月2日~昭和24年4月1日生まれ)

6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	石津皮ふ科医院 かめよし皮ふ科・アレルギー科	皮膚科 皮膚科	地御前1-4-17 阿品3-1-6 5階	36-5512 36-1239
9日(日)9:00~18:00	平田内科小児科医院 せいこう胃腸科・外科医院	内科・小児科 胃腸科・外科	阿品台4-1-26 佐方562-2	39-1155 32-0070
16日(日)9:00~18:00	永井医院 とうげ外科・胃腸科	内科 外科・胃腸科	大野中央3-2-31 本町6-2	55-0014 32-6220
23日(日)9:00~18:00	おおさき小児クリニック みずの耳鼻咽喉科	小児科 耳鼻咽喉科	阿品3-1-6 2階 串戸4-14-14 2階	20-3131 34-3110
30日(日)9:00~18:00	小浦眼科 敬愛病院(内科)	眼科 内科	宮島口1-14-28 大野72	56-0011 56-3333

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。

6月の休日・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 (山崎本社 みんなのあいプラザに併設) ☎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 9:00~22:00 月~金曜日(祝・休日を除く) 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	小児科 耳鼻咽喉科	毎日24時間 土曜日(祝・休日を除く) 19:00~22:30
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 ※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 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。

救急案内

消防本部	☎32-8111(休日の病院の問い合わせ) ※言葉や耳が不自由な人はファックス119(☎119)を利用してください
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)
救急相談センター(小児救急含む)	☎#7119または☎082-246-2000 毎日24時間 ※救急車を呼ぶか迷うときや受診できる医療機関が分からないときに専門スタッフが相談対応