

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

すわろうよ きんえんせきに いっしょにね

廿日市小学校5年生 山村颯翔さん

「健康はつかいち21推進協議会禁煙対策委員会 禁煙キャンペーン」募集標語

■ ハツラツ！はつかいち交流ウォーキング

とき	ところ	備考
8日(月) 9:15集合	中央市民センター	①廿日市地区周辺(約6km) ②5日(金)までに中央市民センター ☎@1266
12日(金) 19:55集合	吉和 魅惑の里	①ほたるコース(約3km) ②参加費50円 ③吉和支所 ☎@2113
19日(金) 9:00集合	串戸市民センター	①廿日市マリンコース(廿日市大橋西下経路約8km) ②参加費100円 ③17日(水)正午までに串戸市民センター ☎@2096

※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)などを持参してください
※雨天中止

■ 体若返り教室ハートビクス【宮島地域】

とき	ところ	備考
4日(木) 14:00~15:30	西連 集会所	①栄養士の話、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 ☎@42001

■ ハートビクス【佐伯地域】

とき	ところ	備考
25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、村上美恵子さん 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、医師に相談して参加してください ②飲み物、タオル、運動できる靴 ③佐伯支所 ☎@1124

■ 8020 (ハチマルニイマル) 運動達成者を募集します

対象 市内在住で、平成31年4月1日時点で80歳に達し、自分の歯が20本以上ある人(過去に表彰を受けた人を除く)
募集期間 7月16日(火)~9月13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3日(祝)のあいプラザまつりで「8020運動達成者表彰式」を予定しています

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

健康診断を受診し、自分の健康状態をチェックしておきましょう。廿日市市国民健康保険加入の40歳~74歳の方は、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)を送付しました。また、次の方には、5月下旬に乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券を送付しましたので、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 ☎@2026

■ 集団健診の申し込み受け付け中

健診の日程 ※先着順

とき	ところ	内容
7月10日(水)	宮島福祉センター	・特定健診 ・後期高齢者健診
7月17日(水)	吉和福祉センター	・胃がん検診 ・肺がん検診 ・大腸がん検診 ・乳がん検診
7月29日(月)	山崎本社 みんなのあいプラザ	・子宮頸がん検診
7月30日(火)		・C型・B型肝炎ウイルス検査
7月31日(水)		※7月10日(水)は子宮頸がん検診、7月31日(水)は胃がん・乳がん・子宮頸がん検診はありません
8月1日(木)		

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 ☎@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



集団健診 web予約 受付中

7月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住所	電話
7日(日) 9:00~18:00	今田眼科医院	眼科	阿品台4-1-14	38-1771
	たなべ小児科	小児科	平良山手11-11	20-1234
14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
	かとうレディースクリニック	婦人科	阿品3-1-6 4階	36-0135
15日(祝) 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
	井村眼科医院	眼科	天神5-12	32-7500
21日(日) 9:00~18:00	平田内科小児科医院	内科・小児科	阿品台4-1-26	39-1155
	串戸心療クリニック	心療内科・精神科	串戸4-2-16	30-6014
28日(日) 9:00~18:00	大野浦病院	内科	丸石2-3-35	54-2426
	宮河小児科医院	小児科	本町5-12	31-1703

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。

7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)	月~土曜日 19:00~22:00 日曜日、祝・休日 9:00~22:00
	外科	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	毎日24時間
	耳鼻咽喉科	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
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