

■ハツラツ！はつかいち交流ウォーキング

と き	と ころ	集合時間	備 考
16日(月)	中央市民センター	9:30 (受付9:15~)	廿日市地区周辺約6km 参加費 無料 申込み 中央市民センター ☎⑩1266
20日(金)	串戸市民センター	9:00	宮内・六本松地御前コース(旧街道)約6km 参加費 100円 申込み 串戸市民センター ☎⑩2096

■健康はつかいち21「ウォーキングカード達成者」

今野菊枝様(大野5区)・田中敏子様(大野9区)・橋本孝志様(大野8区)・樋口ふじ子様(大野4区)・藤田勝様(大野4区)・松岡繁明様(六本松)・森荘介様(大野9区)・和田弘子様(大野9区)

■ウォーキングカードが新しくなりました



移行期間 平成26年3月31日(月)まで

移行場所およびカード提出場所

廿日市市保健センター、大野福祉保健センター、佐伯支所、吉和支所、宮島支所

スタンプは各地域の交流ウォーキングやウォーキング大会で集めることができます。スタンプを全部(20個)集めた人に、ミニ賞状を進呈し、広報はつかいちにお名前を掲載させていただきます。スタンプが集まったら、上記場所へ持参してください。

■人間ドック 追加募集

対象 市国民健康保険加入者(40~74歳)

受診医療機関 J A 広島総合病院、アルパーク検診クリニック、西広島リハビリテーション病院

申込み 健診専用電話 ☎⑩2026

※今年度の集団健診、個別医療機関健診は終了しました

■予防接種

つぎの予防接種をまだ済ませていない人は、医療機関で予約をして受けることができます。

廿日市市に住民票があり、対象年齢であれば無料です。廿日市市外で接種を希望する場合は、予防接種券が必要です。

予防接種の種類	対象年齢	
BCG	生後3カ月~1歳になる前日まで	
三種混合・四種混合不活化ポリオ	1期初回	生後3カ月~7歳6か月になる前日まで
	1期追加	前日まで
二種混合2期	11歳以上13歳になる2日前まで	
麻しん風しん1期	1歳~2歳になる前日まで	
麻しん風しん2期	小学校就学前の1年間(平成19年4月2日~平成20年4月1日生)	
日本脳炎(※1)	1期初回	生後3カ月~7歳6か月になる前日まで
	1期追加	前日まで
	2期	9歳以上13歳になる2日前まで
ヒブ(※2)	生後2カ月~5歳になる前日まで	
小児用肺炎球菌(※3)	生後2カ月~5歳になる前日まで	
子宮頸がん	小学6年生(相当の年齢)~高校1年生(相当の年齢)までの女子	

※1 平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの人で勤奨差し控えによって接種ができなかった人は、その未接種分を20歳になる2日前までであれば公費で接種することができます

※2・3 接種開始年齢により接種方法が違います

●予防接種の回数、間隔などについては、市ホームページをご覧ください

●不明な点は、廿日市市保健センター、大野福祉保健センター、または各支所に問い合わせください

休日・夜間急患診療

救急案内 市消防本部 ☎⑩8111 (休日の病院の問い合わせに応じます)  
 救急ファクシミリ119番 ☎119

■廿日市市休日・夜間急患診療所(15歳以上のみ)

☎⑩1011・☎⑩1614(診療時間内のみ)

(新宮一丁目13番1号・あいプラザに併設)

診療科 内科

診療時間 日曜日、祝・休日、12月30日(月)~平成26年1月3日(金)/9時~22時 月~土曜日/19時~22時

※電話での問い合わせは21時45分まで。また、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

■広島市立広島市民病院 ☎082(221)2291

診療科 内科など(歯科・口腔外科を除く)

※成人(高校生相当年齢以上)の主に内因性疾患の救急医療

診療時間 毎日実施(年末年始含む)/24時間

■広島市立舟入病院 ☎082(232)6195

診療科・診療時間

○内科 月~金曜日/17時30分~20時

※12月31日(火)9時~平成26年1月4日(土)8時30分までの間は24時間

○小児科 毎日実施(年末年始含む)/24時間

○耳鼻咽喉科 土曜日/19時~22時30分

※12月31日(火)~平成26年1月3日(金)までの9時~19時

■広島口腔保健センター ☎082(241)4861

診療科 歯科 診療時間 日曜日、祝・休日、年末年始(12月30日(月)~平成26年1月3日(金)まで)の9時~15時

■小児救急医療相談 #8000または☎082(505)1399

相談受付 毎日/19時~翌朝8時

相談対応 小児科勤務経験がある看護師が対応

(小児科医師が支援)

※診療時間・診療科など、事前に必ず電話で問い合わせください

■ハートビクス

と き	名 称	と ころ	備 考
13日(金)	はつかいちハートビクス	あいプラザ	実施時間 13:30~15:30 ①運動教室と栄養・運動の個別アドバイス
25日(水)	おおのハートビクス	大野福祉保健センター	②運動用マット(持っている人)、飲み物、運動できる靴

※初めて参加される人はアンケート調査があります。13時に集合してください。循環器系疾患など既往歴のある人は医師に相談の上、参加してください

講師 松本直子さん(廿日市)、山下裕子さん(大野)

対象 市内在住の40歳以上おおむね70歳未満

参加費 無料

申込み あいプラザ会場は廿日市市保健センター☎⑩1610、大野福祉保健センター会場希望者は大野福祉保健センター☎⑩2660

■健診結果説明会(あいプラザ)

健診結果はいかがでしたか。保健師、看護師、栄養士による個別相談を行います。健康啓発器具を使用して、無料で測定(血管老化度チェック・脳年齢測定・ストレスチェック)ができます。定員がありますので、早めに申し込んでください。

問合せ・申込み 健診専用電話 ☎⑩2026

と き	と ころ	受付時間	備 考
12月9日(月)	あいプラザ	(1)9:30~(2)10:00~	健診結果票を持参してください
平成26年1月20日(月)	1階多目的ホール	(3)11:00~(4)13:30~ (5)14:30~(6)15:30~	

■健診結果説明会&ヘルスチェック(大野福祉保健センター)

と き	と ころ	受付時間	備 考
11日(水)	大野福祉保健センター	13:15~13:45	①健診結果についての個別相談とヘルスチェック(血圧、体脂肪、尿検査など)
26日(水)			②健診を受けた人は結果票※要申込み(健診を受けていない人もヘルスチェックに参加可能)

※申込み・問合せ 大野福祉保健センター☎⑩2660

※在宅当番医(予定)を記載しています。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ください

31日(火)	小浦眼科(宮島口)	☎⑥0011
	さくらクリニック(宮内)	☎⑨2201
1月1日(水)	敬愛病院(内科)(中山)	☎⑥3333
	小池皮フ科医院(宮内)	☎⑨2030
1月2日(木)	大野キッズファミリークリニック(大野中央)	☎⑥3021
	かとうレディースクリニック(阿品)	☎⑥0135
1月3日(金)	かめよし皮ふ科アレルギー科(阿品)	☎⑥1239
	河村小児科(上平良)	☎⑦4153

■年末年始の休日歯科診療(9時~15時)

30日(月)	渡辺歯科(宮内)	☎⑨4618
31日(火)	木村歯科医院(宮内)	☎⑨6800
1月2日(水)	江島歯科医院(友田)	☎⑦1800
1月3日(木)	田部歯科医院(駅前)	☎⑩0601

■育児相談【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	受付時間	備 考
3日(火)	あいプラザ	9:30~10:30	①身長・体重測定、個別相談(保健師・栄養士による)
25日(水)			②母子健康手帳 ※友和市民センターでは、乳児健診と同時開催です
17日(火)	大野2区集会所	9:30~11:00	
18日(水)	友和市民センター	13:30~14:00	

■育児教室【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	実施時間	備 考
3日(火)	吉和市民センター	10:00~12:00	子育てサロン ①クリスマスコンサート
13日(金)	津田児童館	10:30~12:00	赤ちゃんすくすく広場 ①0歳児のサロン
17日(火)	吉和保育園	10:00~12:30	子育てサロン ①お楽しみ会
19日(水)	津田保育園	10:00~11:00	わんぱくキッズ ①クリスマス会 ※要申し込み 佐伯支所福祉グループ ☎⑦1118

■ヘルスチェック

と き	と ころ	実施時間	備 考
20日(金)	あいプラザ	9:30~11:00	①血圧測定、体重・体脂肪測定、尿検査、健康に関する相談(被爆者健康相談も実施) ②健診結果(相談がある人)

■体若返り教室ハートビクス(宮島地域)

と き	と ころ	実施時間	備 考
5日(水)	西連集会所	14:00~15:30	②タオル・飲み物・運動用上靴 講師 松本直子さん

■パパママスクール(妊娠中の人とその家族)

パパママスクールについて詳しくは、ホームページをご覧ください。

12月、年末年始の休日診療

1日(日)	かわぐちこどもクリニック(下更地)	☎⑥2882
	小池皮フ科医院(宮内)	☎⑨2030
8日(日)	かめよし皮ふ科アレルギー科(阿品)	☎⑥1239
	さくらクリニック(宮内)	☎⑨2201
15日(日)	敬愛病院(内科)(中山)	☎⑥3333
	さいとう眼科(串戸)	☎④1750
22日(日)	今田眼科医院(阿品台)	☎⑧1771
	とうげ外科胃腸科(本町)	☎②6220
23日(月)	佐伯中央病院(内科)(津田)	☎⑦1100
	せいこう胃腸科外科医院(佐方)	☎②0070
29日(日)	しげの整形外科スポーツクリニック(阿品)	☎②3333
	佐藤皮ふ科クリニック(串戸)	☎④3400
30日(月)	おおさき小児クリニック(阿品)	☎②3131
	さいとう眼科(串戸)	☎④1750

34歳6カ月児健診 地域により、対象月齢が前後することがあります。対象者には個別に通知してはいますが、通知が届いていない人や、日時や場所の変更を希望する人は、保健センターまたは各支所へ問い合わせてください。

問 ☎⑩1610 廿日市市保健センター