

34歳6カ月児・1歳6カ月児
地域により、対象月齢が前後することがありますが、保健センターまたは各支所へ問い合わせさせていただきます。対象者には個別に通知していますが、届いていない

問 ☎@1610
廿日市市保健センター

■あいプラザまつり健康コーナー募集

とき 11月10日(日)
ところ あいプラザ
参加費 無料

○骨密度測定 ▶測定後、医師や栄養士による相談を受けることができます。▶開催時間 9時～15時▶対象 市内在住で、2年以上骨密度を測定していない人▶定員 250人(開催時間中30分ごとに25人)

○小児救急救命講習 ▶開催時間 10時30分～12時▶定員 15人▶動きやすい服装で

○ベビーマッサージ▶開催時間 10時～11時30分、13時～14時30分▶対象 おおむね1歳未満の親子▶定員 午前・午後各6組

○アロママッサージ体験 ▶開催時間 10時～11時40分、13時～14時40分▶定員 午前・午後各24人(20分ごとに4人)

申込み方法 廿日市市保健センター☎@1610まで

■CKD(慢性腎臓病)予防教室(公開講座)

とき 10月10日(木)13時30分～15時
ところ あいプラザ3階 講座室
講演 「お薬とのつき合い方」薬が腎臓に与える影響、お薬手帳の活用方法・メリットなど
講師 大田 博子さん
申込み方法 廿日市市保健センター☎@1610まで
※CKD(慢性腎臓病)とは、腎臓の働きが慢性的に低下していく病気をいいます。喫煙者、生活習慣病の人、高齢者、健診などでタンパク尿が見つかったことがある人などはCKDになりやすく、注意が必要です

■体若返り教室ハートビクス

とき	ところ	実施時間	備考
10月3日(木)	西連集会所	14:00～15:30	②運動用上靴など 講師 松本直子さん

■特定健診・がん検診・人間ドック申込受付中

詳しくは「平成25年度健診のしおり保存版」をご覧ください。集団健診・医療機関個別健診は、11月末までです。早めに申し込んでください。
※先着順です。すでに、定員に達した健診項目があります。詳しくは、予約時に問い合わせしてください。10月21日(月)は託児があります(要予約)

とき	ところ	受付時間	備考
10月18日(金)	大野福祉保健センター	8:30～10:00 (受付時間を指定)	特定健診▶C型B型肝炎ウイルス検査▶肺がん▶大腸がん▶胃がん▶乳がん▶子宮頸がん
10月21日(月)			
11月13日(木)			
11月14日(木)			

申込み・問合せ 健診専用電話☎@2026

■平成25年度おおの健康福祉フェスタ

大野地域で「健康」と「福祉」に触れる2つのイベントを同日開催します。
とき 10月6日(日)10時～14時30分(一部コーナーは13時30分まで)
ところ 大野体育館および大野福祉保健センター周辺

○健康を守る集い
内容 第11回ウォーキング大会、健康チェック(骨密度測定ほか)・体力測定コーナーなど
○福祉ふれあいまつり
内容 福祉ボランティア体験・スタンプラリー、バザーなど
問合せ 健康推進課 大野健康推進グループ☎@2660 社会福祉協議会 大野事務所☎@3294

■ハートビクス

名称	とき	ところ	備考
はつかいちハートビクス	25日(金)	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 ②運動用マット(持っている人) ※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
おおのハートビクス	30日(木)	大野福祉保健センター	

※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

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 あいプラザ会場希望者は廿日市市保健センター☎@1610、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☎@2660

■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
12日(土)	大野9区集会所	9:00	参加費 50円 申込み 不要
14日(祝)	宮島 棧橋横広場	9:30 (受付9:00～)	参加費 50円(阿品地区の人は無料) 申込み 阿品市民センター☎@3630・廿日市市保健センター☎@1610
18日(金)	串戸市民センター	9:00	平良小学校前・宮園公園 参加費 100円 申込み 串戸市民センター☎@2096
19日(土)	栗栖チエーン脱着場	9:30	津和野街道(定員あり) 参加費 送迎あり500円 送迎なし200円 申込み 佐伯支所福祉グループ☎@1118
21日(月)	中央市民センター	9:30 (受付9:15～)	廿日市地区周辺 参加費 無料 申込み 中央市民センター☎@1266
23日(水)	大野2区集会所	9:00	参加費 50円 申込み 不要

■育児相談(乳幼児と保護者)

とき	ところ	受付時間	備考
9日(木)	3区集会所	10:00～11:30 ※栄養士はいません	①身長・体重測定、個別相談(保健師・栄養士による) 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
16日(木)	5区集会所		
21日(月)	あいプラザ	9:30～10:30	
22日(火)	大野子育て支援センター	9:30～11:00	
23日(水)	友和市民センター	13:30～14:00	
29日(火)	あいプラザ	9:30～10:30	

■育児教室(乳幼児と保護者)

とき	ところ	実施時間	備考
8日(火)	吉和市民センター	10:00～12:00	①キッズルーム開放
11日(金)	佐伯総合スポーツ公園	10:00～13:00	①子育てイベント
22日(火)	宮島幼稚園	10:00～10:30	キッズランド ①親子ふれあい体操
22日(火)	吉和保育園	10:00～12:30	①芋ほり ②汚れてもいい服装
24日(木)	津田児童館	10:00～11:30	わんぱくキッズ

■ヘルスチェック・健診結果説明会

とき	ところ	受付時間	備考
17日(木)	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) ②健診を受けた人は結果書 ※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できます)

■アレルギーの会【乳幼児と保護者】

とき	ところ	受付時間	備考
25日(金)	大野福祉保健センター	10:00～11:30	前日までに要申し込み

休日・夜間急患診療

救急案内 市消防本部☎@8111(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)

☎@1011・㊟@1614(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 休日/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

■診療所の利用についてお願い

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。また、受診の際は健康保険の被保険者証を持参してください。

■広島市立舟入病院 ☎082(232)6195
診療科 内科・小児科・耳鼻咽喉科
■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
■広島口腔保健センター ☎082(241)4861
診療科 歯科
■小児救急医療相談 #8000または☎082(505)1399
相談受付 毎日/19時～翌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

※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

診療時間 9時～18時

10月の休日診療

27日(日)	安東内科クリニック(対巖山)	☎@1231
	井村眼科医院(天神)	☎@7500

6日(日)	かわぐちこどもクリニック(下更地)	☎@2882
	双樹クリニック(新宮)	☎@3555
13日(日)	田口脳外科クリニック(阿品)	☎@7788
	みたに泌尿器科クリニック(下平良)	☎@5000
14日(祝)	廿日市野村病院(内科)(宮内佐原田)	☎@2111
	わたなべ眼科(宮内)	☎@1233
20日(日)	友和病院(峠下ヶ原)	☎@0688
	たなべ小児科(平良山手)	☎@1234

400ml献血にご協力を!

廿日市市役所

12時5分～16時30分

対象 男性 50kg以上69歳未満 女性 18～69歳

※65歳以上の人は、60歳から64歳までに献血経験のある人に限りま

問 ☎@1610 廿日市市保健センター