

新型コロナウイルス感染症の状況によっては、延期・中止となる場合があります。最新情報はホームページを確認、または担当部署へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症の状況によっては、診療が中止となる場合があります。最新情報はホームページを確認、または各医療機関へお問い合わせください。

あなたの健康見守り隊

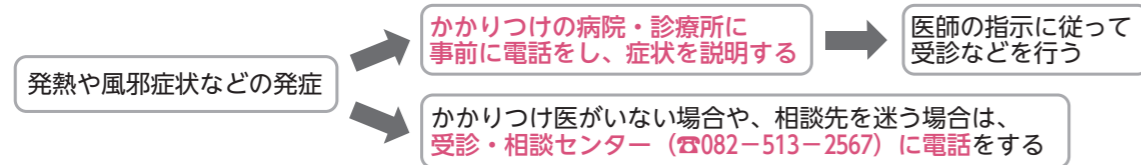
健康や医療などの情報コーナー

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。

Health and Medical information

発熱などで病院に行く前には、まず電話を

■インフルエンザや新型コロナウイルスの同時流行に備え、ご協力をお願いします



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は…

【救急相談センター広島広域都市圏】(小児も対応)

☎#7119 看護師が、病気やけがの症状を把握し、相談対応します。※相談無料

24時間365日対応

緊急度が低い → 応急手当ての方法・適切な医療機関などアドバイス

緊急度が高い → すぐに119番へ転送

▼つながらない場合は ☎(082)246-2000
▼緊急時は、ためらわず119番へ

夜間に子どもが急病になったとき、家庭での対応方法や医療機関を受診すべきか分からないときは…

【小児救急医療相談電話】

☎#8000 小児科勤務経験がある看護師が受診の必要性や家庭でできる応急処置などを電話でアドバイスします。※相談無料

毎日19:00～翌朝8:00対応

▼つながらない場合は ☎(082)505-1399
▼緊急時は、ためらわず119番へ

■ハツラツ!はつかいち交流ウォーキング

とき	ところ	備考
15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) ③12日(金)までに中央市民センター ☎@1266
19日(金) 9:00	串戸市民センター	①住吉土手・JR廿日市駅前コース(約6km) ②100円 ③17日(水)正午までに串戸市民センター ☎@2096

※事前に申し込みが必要で
※雨天中止
※マスク、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

■「健康はつかいち21ウォーキングカード」達成者

上田 良雄(うへだ・よしお)さん(大野10区)
上 敬二(うえ・けいじ)さん(住吉)
山崎 孝子(やまさき・たかこ)さん(廿日市)
鈴政 英子(すずまさ・ひでこ)さん(吉和)

■健診結果説明会

とき	ところ	備考
4日(木) 9:15~11:30 受け付け	山崎本社 みんなのあいプラザ	①保健師、栄養士による健診結果に関する個別相談 ※無料で測定できる健康器具あり ③保健センター ☎@1610

■ハートビクス

とき	ところ	備考
24日(水) 13:00~15:30	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 対象 市内在住の40歳~74歳までの人 定員 15人 ②飲み物、タオル、運動できる靴、マスク、ヨガマット(持っている人) ③大野支所 ☎@3309
26日(金) 13:30~15:30	西連集会所	①ハートビクス運動、体力測定 ②飲み物、タオル、運動できる上靴、マスク ③宮島支所 ☎@2001

※24日(水)は事前に申し込みが必要で
※循環器疾患などの既往歴がある人は医師に相談後、参加してください

■健康づくり応援団養成講座

健康づくり応援団は、市民の健康づくりや介護予防のために、地域のサロンなどで、継続的に運動の実践指導を行います。健康運動指導士が、主に介護予防の運動の知識や技術(ストレッチ、自重筋トレ、座ってできる体操など)を伝えます。修了後、健康づくり応援団として、地域で運動指導などの活動ができる人を募集します。

とき 4月~8月上旬の毎週火曜日(10:00~12:00)全15回(予定)
ところ 山崎本社 みんなのあいプラザ
定員 15人
申込締切 3月26日(金)
問い合わせ・申込先 保健センター ☎@1610
※日程など詳しくは、申し込み受け付け後に案内を送ります

2月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住所	電話
7日(日)	阿品土谷病院(内科)	内科	阿品4-51-1	36-5050
	あまのクリニック	小児科	串戸5-1-37	31-5151
11日(祝)	小山整形外科医院	整形外科	大東1-5	32-5100
	ふじかわ心療内科クリニック	心療内科・神経科・精神科	下平良1-3-36-201	34-0035
14日(日)	しげの整形外科スポーツクリニック	整形外科	阿品3-1-6	20-3333
	令和アイクリニック	眼科	串戸2-20-1	34-1750
21日(日)	アイビー眼科	眼科	宮内4311-5	37-3030
	かとうレディースクリニック	婦人科	阿品3-1-6	36-0135
23日(祝)	田口脳心臓血管クリニック	脳神経外科	阿品3-2-18	30-7788
	たなべ小児科	小児科	平良山手11-11	20-1234
28日(日)	友和病院	精神科	峠500	74-0688
	大田整形外科	整形外科	廿日市2-5-9	31-6211

受付時間 9:00~17:30 休憩時間 13:00~14:00(休憩時間は変更することがあります)
受診の前に必ず当番医へお問い合わせください(当番医は変更することがあります)。

2月の休日・夜間急患診療

医療機関名	診療科目	診療日時
廿日市休日夜間急患センター 地御前1-3-3 (JA広島総合病院内) ☎36-3199 (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(12:30~13:30を除く)
	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
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

診療時間・科目は必ず事前に問い合わせてください。

いきいき健康体操

高齢介護課 ☎@9167

廿日市市老人クラブ連合会廿日市支部では、健康運動指導士などによる、簡単な健康体操を実施します。参加希望の人は、電話での事前予約が必要です。

とき ①3月3日(水)10時~11時30分
②3月17日(水)10時~11時30分
ところ 山崎本社 みんなのあいプラザ 多目的ホール
対象 市在住で65歳以上の人
定員 各日60人(先着順)
申込方法 氏名、連絡先を「デイサービスセンターここから阿品」まで平日10時~17時に電話(☎@6885)で。
※申し込みは1人まで(同世帯の場合は複数申し込み可)
申込締切 ①2月24日(水)
②3月10日(水)