

■予防接種

次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。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	
3種混合・4種混合 不活性价ポリオ	1期初回 生後3カ月～7歳6カ月になる前日まで 1期追加	
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6カ月～7歳6カ月になる前日まで	
	1期追加	
	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）		
子宮頸がん（※4）	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日生まれの人で勧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
- ※4 現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種は、ワクチンの効果や副反応などを確認してから受けてください
- 接種間隔が規定から外れた場合、公費の対象とならないことがあります。
- 詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 不明な点は、保健センターまたは各支所に問い合わせてください。

■子どもの予防接種週間

3月1日(土)～7日(金)は「子どもの予防接種週間」です。この間の土曜日（一部日曜日も対応）は次の医療機関（小児科）でも予防接種を受けることができます。日ごろ接種できない人は、ぜひこの機会に受けましょう。（要予約）
●3月1日に受診できる医療機関

医療機関	時間	電話番号
おおさき小児クリニック（阿品）	9:00～13:00	☎⑩3131
平田内科小児科医院（阿品台） ※3月2日(日)も対応	8:30～12:30 14:00～19:00 3月2日(日) 9:00～10:30	☎⑩1155
河村小児科（上平良）	10:00～12:00	☎⑩4153
わき小児科医院（下平良）	9:00～12:00	☎⑩0207
たなべ小児科（平良山手）	9:00～12:00	☎⑩1234
宮河小児科医院（本町）	9:00～12:00	☎⑩1703
大野キッズファミリークリニック（大野中央）	9:00～12:00	☎⑩3021
かわぐちこどもクリニック（大野）	8:30～12:00	☎⑩2882

■こころと命を大切に～ゲートキーパーを知っていますか～

3月は自殺対策強化月間です。自殺の要因はさまざまですが、早期に適切な対応を取って、要因を取り除くことが重要です。そのためには、周囲の人が「気付く」、「聴く（傾聴）」、「つなぐ」、「見守る」ことが大切です。

とき	ところ	実施時間	備考
7日(金)	あいプラザ	18:00～20:00	テーマ 「あなたも心の専門家～やさしい入門編～」 内容 働く世代世代の「うつ」にスポットをあてて、うつの初期のサインや、周囲の人の関わり方について 講師 藤原美智子さん 申込み 廿日市市保健センターまで☎⑩1610

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／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のお願い

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てください

■ハートビクス

とき	名称	ところ	備考
27日(木)	さいきハートビクス	津田市民センター	実施時間 13:00～15:30 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）、飲み物、運動できる靴

対象 市内在住の40歳以上おおむね70歳未満
 ※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 参加費 無料
 申込み 佐伯支所福祉グループ☎⑩1124

■ヘルスチェック

とき	ところ	実施時間	備考
20日(木)	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）

■ハツラツ！元気クラブ

無理なく効果的な運動を実践し、介護予防のための知識を学ぶ教室です。（要予約）

対象	廿日市市在住の65歳以上の人
期間	5月から7月までの3カ月間
とき	1グループ 毎週火曜日13:30～15:30 2グループ 毎週水曜日13:30～15:30
ところ	あいプラザ2階 健康増進室
内容	・健康ミニ講座 ・機能向上トレーニング、家でもできるストレッチ
定員	各グループ 15人ずつ
参加費	無料
申込先	廿日市市保健センター☎⑩1610

■育児相談【乳幼児と保護者】

とき	ところ	受付時間	備考
4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) ②親子健康手帳 ※津田市民センターは、育児教室と同時開催です
25日(火)			
18日(火)	吉和保健センター	13:45～14:15	
18日(火)	大野福祉保健センター	9:30～11:00	
26日(木)	津田市民センター	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
4日(火)	吉和保育園	10:00～12:30	子育てサロン ※昼食希望者は要予約(2週間前)
14日(金)	津田児童館	10:30～12:00	赤ちゃんすくすく広場
18日(火)	吉和市民センター	10:00～11:30	子育てサロン
26日(木)	津田市民センター	10:00～11:30	わんぱくキッズ

■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
14日(金)	串戸市民センター	9:00	地御前神社、海岸コース(約6.8km) 参加費 100円(保険料含む) 申込み 串戸市民センター ☎⑩2096
17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

■パパママスクール【妊娠中の人とその家族】

とき	ところ	実施時間	備考
9日(日)	あいプラザ	10:00～12:00	①沐浴(もくよく)実習・妊婦体験 ※要予約(定員あり) ※託児はありません ②親子健康手帳

※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てください

診療時間 9時～18時

3月の休日診療

23日(日)	大野浦病院(丸石)	☎⑩2426
	小池皮フ科医院(宮内)	☎⑩2030
30日(日)	かめよし皮ふ科アレルギー科(阿品)	☎⑩1239
	さいとう眼科(串戸)	☎⑩1750

●健診受付開始

平成26年度の特定健診・がん検診・人間ドックの受け付けを4月7日(月)から開始します。詳しくは3月下旬ごろ各世帯にお届けする「平成26年度健診のしおり」をご覧ください。

2日(日)	おおさき小児クリニック(阿品)	☎⑩3131
	小山整形外科医院(大東)	☎⑩5100
9日(日)	石津皮ふ科医院(地御前)	☎⑩5512
	双樹クリニック(新宮)	☎⑩3555
16日(日)	今田眼科医院(阿品台)	☎⑩1771
	河村小児科(上平良)	☎⑩4153
21日(祝)	大野キッズファミリークリニック(大野中央)	☎⑩3021
	かとうレディースクリニック(阿品)	☎⑩0135

34歳6カ月児・1歳6カ月児健診 地域により、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。対象者には個別に通知していますが、通知が届いていない

問 ☎1610 廿日市市保健センター

400ml献血に協力をお願いします！ 佐伯支所(日) 12時45分～15時30分

対象 男性 50kg以上69歳以下 女性 18歳以上69歳以下

※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せん。受付時に本人確認のできるもの提示にご協力ください

問 ☎1118 佐伯支所福祉グループ