

## ■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
13日(月)	廿日市 天満宮境内	9:30開始 (9:15~受け付け)	廿日市地区周辺(6km) 申し込み 中央市民センター 仮事務所 ☎②1266
17日(金)	串戸市民センター	9:00	廿日市マリンコース(7.8km) ②参加費100円 申し込み 15日(水)午前 中までに串戸市民センター ☎②2096
24日(金)	吉和支所	8:50	清流コース(3~3.6km) ②参加費50円 申し込み 吉和支所 ☎②2111

※各回とも飲み物、タオル、帽子などを持参してください

## ■健康はつかいち21「ウォーキングカード達成者」

田中継男(たなか・つぐお)さん(丸石)  
 岡本義文(おかもと・よしふみ)さん(串戸)

## ■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
2日(木)	西連集会所	14:00~15:30	②飲み物、タオル、 運動できる靴 講師 松本直子さん

## ■さいきハートビクス【佐伯地域】

と き	ところ	実施時間	備考
30日(木)	友和市民センター	13:30~15:30	①運動教室と栄養・運動の個別アドバイス ②飲み物、タオル、運動できる靴、体操用マット(持っている人) 申し込み 佐伯支所 ☎②1124

※循環器系疾患など既往歴がある人は、医師に相談の上、参加してください

## ■介護予防教室【吉和地域】

と き	ところ	実施時間	備考
13日(月)	吉和福祉センター	10:00~11:30	①介護予防・物忘れ予防の体操 ②飲み物、タオル、上履き
27日(月)			

## ■特定健診・人間ドック・がん検診

申し込み受け付け中です！(先着順)  
 詳しくは、「平成27年度健診のご案内」をご覧ください。  
**問い合わせ** 健診専用 ☎②2026  
 ※医療機関個別健診は直接医療機関に予約し、受診してください

と き	ところ	実施時間	備考
13日(月) 14日(火)	あいプラザ	8:30~10:00 ※受付時間を指定します ※宮島福祉センターは時間指定無し	・特定健診 ・後期高齢者健診 ・C型・B型肝炎 ・胃がん検診 ・肺がん検診 ・大腸がん検診 ・乳がん検診 ・子宮頸がん検診(宮島福祉センターはありません)
15日(水)	宮島福祉センター		
16日(木) 17日(金)	あいプラザ		
21日(火)			
22日(水)	吉和福祉センター		
23日(木)			
28日(火)	大野福祉保健センター		
29日(水)	大野福祉保健センター		
30日(木)	大野9区集会所		
31日(金)	大野福祉保健センター		
8月2日(日)			

## ■8020(ハチマルニイマル)運動達成者の表彰

80歳以上で自分の歯を20本以上残している、8020運動の達成者を表彰します。

**対象** 次の全てを満たし、過去に表彰を受けていない人  
 ・平成27年4月1日以降に80歳以上で20本以上の歯を有している

・廿日市市に住民票がある  
 ・歯科医師の推薦を受けている

**応募期間** 7月15日(水)~9月14日(月)

※該当する人は、かかりつけの歯科医師に相談し、推薦を受けてください

※11月8日(日)のあいプラザまつりで表彰式を予定しています

## ■子どものための料理教室参加者募集【廿日市地域】

ボランティアで地域の食育を推進しているヘルスメイト(食生活改善推進員)が指導をします。

**と き** 7月27日(月)9:30~13:00(9:00~受け付け)

**ところ** あいプラザ2階調理室

**対象** 廿日市市在住の小学生

**定員** 20人

**持ち物** エプロン、上履き、三角巾、布巾

**参加費** 320円(調理実習代と保険料)

※家族が料理の試食を希望する場合は、申し込みのときに知らせてください(別途飲食代300円が必要)

**申し込み** 廿日市市保健センター ☎②1610

## ■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。※広島県外で接種した場合は、自己負担(有料)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
四種混合	1期初回 生後3カ月~7歳6カ月になる前日 1期追加
二種混合2期	11歳~13歳になる前日
水ぼうそう(水痘)※1	1歳~3歳になる前日
麻しん風しん1期	1歳~2歳になる前日
麻しん風しん2期	小学校就学前の1年間(平成21年4月2日~平成22年4月1日生)
日本脳炎※2	1期初回 生後6カ月~7歳6カ月になる前日 1期追加 2期 9歳~13歳になる前日
ヒブ※3	生後2カ月~5歳になる前日
小児用肺炎球菌※4	生後2カ月~5歳になる前日
子宮頸がん※5	小学6年生(相当の年齢)~高校1年生(相当の年齢)の女子

※1 2回接種。接種歴などで接種回数が異なります

※2 平成7年4月2日~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歳になる前日までであれば、公費で接種することができます

※3・4 接種開始年齢によって接種方法が異なります

※5 現在、予防ワクチンの接種を積極的には推奨していません。ワクチンの効果や副反応などを事前に確認してから接種してください

・予防接種の回数、間隔などはホームページをご覧ください  
 ・予防接種を受けるときは、必ず親子(母子)健康手帳を持参してください。受け忘れや余分な接種を防ぐためにも、医療機関で親子(母子)健康手帳に予防接種の記録をしてもらい、生涯大切に保管しましょう

## ■夏休み子どもクッキング(健康おおの21)

と き	ところ	実施時間	備考
27日(月)	大野福祉保健センター	10:00~13:30	②参加費420円 ※23日(木)までに要申し込み(定員小学生20人)、大野支所 ☎③3309

## ■育児相談【乳幼児と保護者】

と き	ところ	受付時間	備考
7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 ※吉和保健センターは乳幼児健診と、津田市民センターは育児教室と同時開催
8日(水)	梅原集会所(育児サークル会場)	10:00~11:30	
15日(水)	大野福祉保健センター	9:30~11:00	
23日(木)	吉和保健センター	13:45~14:15	
24日(金)	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
10日(金)	津田児童館	10:30~12:00	①赤ちゃんすくすく広場、0歳児の子育てサロン ②参加費100円 ※要申し込み、佐伯支所
24日(金)	津田市民センター	10:00~11:30	①わんぱくKIDS・ミニ運動会 ※要申し込み、佐伯支所

## ■マタニティスクール【妊娠中の人とその家族】

と き	ところ	実施時間	備考
6日(月)	あいプラザ	13:30~15:00	①心の話と赤ちゃんとの接し方 ②親子健康手帳 ※要申し込み(定員あり)

## ■離乳食講座【離乳初期の乳児の保護者】

と き	ところ	実施時間	備考
7日(火)	大野福祉保健センター	10:00~11:30	①実演、試食 ※2日(木)までに要申し込み(定員20人)、大野支所 ☎③3309

## ■身体測定

と き	ところ	実施時間	備考
27日(月)	あいプラザ プレイルーム	①10:30~11:00 ②13:30~14:00	①身体測定(保健師または看護師による) ※身長測定は1歳まで ※相談は実施していません

# 休日・夜間急患診療

救急案内 市消防本部 ☎②8111 (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(あいプラザに併設)

☎②1011・☎②1614(診療時間内のみ)  
**診療科** 内科(15歳以上のみ)  
**診療時間** 日曜日、祝日、休日:9時~22時  
 月曜日~土曜日:19時~22時  
 ※電話での問い合わせは、21時45分まで  
 ※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

## ■診療所を利用するときのお願い

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、受診するとき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)

※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

# 7月の休日診療

20日(祝)	永井医院(大野中央3-2-31)	☎⑤0014
	小田耳鼻咽喉科医院(宮内728-1)	☎③7733
26日(日)	今田眼科医院(阿品台4-1-14)	☎③1771
	小山整形外科医院(大東1-5)	☎③5100

5日(日)	廿日市野村病院(内科)(宮内佐原田4209-2)	☎③2111
	平田内科小児科医院(阿品台4-1-26)	☎③1155
12日(日)	石津皮ふ科医院(地御前1-4-17)	☎③5512
	井村眼科医院(天神5-12)	☎③7500
19日(日)	かわぐちこどもクリニック(大野下更地1762-7)	☎⑤2882
	大田整形外科(廿日市2-5-9)	☎③6211