

# あなたの健康見守り隊

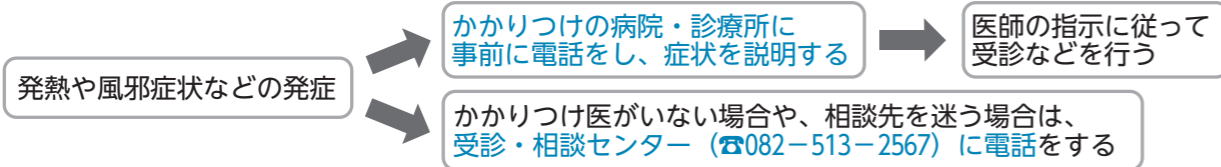
健康や医療などの情報コーナー

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

■新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、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** 看護師などが、病気やけがの症状を把握し、相談対応します。※相談無料

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

緊急性が低い → 応急手当ての方法・適切な医療機関などアドバイス  
24時間365日対応  
緊急性が高い → すぐに119番へ転送

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

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

毎日19:00～翌朝8:00対応

### ■ ハツラツ! はつかいち交流ウォーキング

とき	ところ	備考
2日(金) 9:30 (9:15～受け付け)	佐方市民センター	①佐方地区周辺(約6km) ②参加費50円 ③1日(木)までに佐方市民センター☎☎5049
16日(金) 9:00集合	串戸市民センター	①廿日市マリンコース(廿日市大橋西下経由・約8km) ②参加費100円 ③14日(水)正午までに串戸市民センター☎☎2096
19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) ③16日(金)までに中央市民センター☎☎1266
28日(水) 9:00	平良市民センター	①平良市民センター周辺(約5km) ②参加費50円 ③27日(火)までに平良市民センター☎☎1251

※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  
泉田 みどり(いずみだ・みどり)さん(大野9区)

### ■ 献血

とき	ところ	備考
7日(水) 9:30～11:00、 12:15～16:00	廿日市市役所	③保健センター☎☎1610 ※骨髓ドナー登録会と併せて開催します
29日(木) 13:15～16:00	佐伯支所	③佐伯支所☎☎1124

### ■ ハートビクス

とき	ところ	備考
15日(木) 13:30～ 15:30	etto宮島交流館 (宮島まちづくり 交流センター)	①ハートビクス運動、栄養士の話 ②飲み物、タオル、マスク ③宮島支所☎☎2001
29日(木) 13:00～ 15:30	津田市民センター	①運動教室と栄養・運動の個別アドバイス 対象 市内在住のおおむね40歳以上の ②飲み物、タオル、運動できる靴 ③佐伯支所☎☎1124

※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  
※申し込みが必要です

### ■ いきいき健康体操

廿日市市老人クラブ連合会廿日市支部は、健康運動指導士などによる健康体操を実施します。参加を希望する人は、電話で事前予約をしてください。

とき 7月9日(金)、30日(金)10時～11時30分  
ところ 廿日市市商工保健会館 交流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)  
予約開始 7月6日(水)10時～  
問い合わせ 高齢介護課☎☎9167

### 7月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住所	電話
4日(日)	永井医院	内科	大野中央3-2-31	55-0014
	大田整形外科	整形外科	駅前4-28	31-6211
11日(日)	大野キッズ・ファミリークリニック	小児科	大野中央5-1-43 2階	55-3021
	廿日市さくら眼科	眼科	下平良2-2-1 ゆめタウン廿日市3階	32-1150
18日(日)	石津皮膚科医院	皮膚科	地御前1-4-17	36-5512
	小山整形外科医院	整形外科	大東1-5	32-5100
22日(祝)	敬愛病院(内科)	内科	大野72	56-3333
	松田整形外科	整形外科	串戸2-17-4	34-1800
23日(祝)	平田内科小児科医院	内科・小児科	阿品台4-1-26	39-1155
	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
25日(日)	今田眼科医院	眼科	阿品台4-1-14	38-1771
	双樹クリニック	内科	新宮2-1-15	34-3555

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問い合わせてください(当番医は変更することがあります)。

### 7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) 外科	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) 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
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)を診察
五日市記念病院 広島市佐伯区倉重1-95 ☎082-924-2211	脳神経外科	毎日24時間

診療時間・科目は必ず事前に問い合わせてください。

### ■ 集団健診、国保人間ドックの申し込み受け付け中

集団健診(特定健診、後期高齢者健診、胃・肺・大腸・乳・子宮頸がんの検診、C型・B型肝炎ウイルス検査)と国保人間ドックを受け付けています。健診専用電話(☎☎2026)に申し込んでください。

集団健診は、二次元コードから、または廿日市市集団健康診査予約☎☎2026で検索し、予約できます。



### ■ 8020(ハチマルニイマル)運動達成者を募集します

対象 市在住で、歯科医師が推薦した時点で80歳に達し、自分の歯が20本以上ある人(過去に表彰を受けた人を除く)  
募集期間 7月12日(月)～9月10日(金)  
※該当する人は、かかりつけの歯科医師へ相談し、歯科医師の推薦を受けてください  
※達成者には、推薦を受けた歯科医院から表彰状を渡します

### ■ 個別健診

医療機関個別健診は、6月から各医療機関で実施しています。健診の日程など詳しくは、「健診のご案内」または市のホームページで確認してください。  
問い合わせ・申込先 健診専用電話☎☎2026

### ■ 特定健診受診券、乳・子宮頸がん検診の無料クーポン券を送付しました

国民健康保険に加入している40歳～74歳の方は、特定健診が無料です。対象者には5月末に、「特定健康診査受診券」(ピンク色)を送付しています。  
また、次の人には、乳・子宮頸がん検診の無料クーポン券を送付しました。  
届いていない人は、健診専用電話(☎☎2026)に問い合わせてください。  
【乳がん】昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれの女性  
【子宮頸がん】平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの女性