

Health and Medical information

■ 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(金) 9:00	JR大野浦駅前北口	①大野街道・宮島口コース (約6km) ※ゴールはJR宮島口駅 ②100円 ③13日(水)正午までに串戸市民センター ☎ 2096
18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) ③15日(金)までに中央市民センター ☎ 201266
27日(水) 9:30	平良市民センター	①平良市民センター周辺 (約5km)、定員20人 ②50円 ③26日(火)までに平良市民センター ☎ 1251
4月5日(金) 10:00 (9:50までに集合)	吉和 第2集会所	①(新)水仙コース (約5km) ②50円 ③4月3日(水)までに吉和支所 ☎ 2113
4月5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) ②50円 ③4月4日(木)までに佐方市民センター ☎ 5049
4月5日(金) 9:00	串戸市民センター	①宮島サービスエリアコース (約8.5km) ②100円 ③4月3日(水)正午までに串戸市民センター ☎ 2096

※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

※雨天中止

■ 「健康はつかいち21ウォーキングカード」 達成者

飯田 博正 (いいだ・ひろまさ) さん (新宮)
深田 幸子 (ふかだ・さちこ) さん (宮園)
山本 恵美子 (やまもと・えみこ) さん (佐方)
白石 迪雄 (しらいし・みちお) さん (大野9区)
阿部 ルリ子 (あべ・るりこ) さん (大野10区)

■ ハートビクス

と き	ところ	備 考
7日(木) 14:00～15:30	etto宮島交流館	①ハートビクス運動 ②飲み物、タオル ③宮島支所 ☎ 42001

■ 献血

と き	ところ	備 考
15日(金) 10:00～12:00 13:15～16:30	ゆめタウン廿日市	③健康福祉総務課 ☎ 1610

■ こころの健康づくり講演会
(健康おおの21健康なまちづくり推進部会・大野市民センター)

と き	ところ	備 考
14日(木) 9:35～10:35	フジタスクエア まるくる大野	①講演会「人間関係と心の健康について」 講 師 安田女子大学心理学部 現代心理学科 金坂弥起 ③フジタ スクエア まるくる大野 ☎ 4545

■ 健康チェック (友和すこやか健康塾)

と き	ところ	備 考
4日(月) 13:30～15:00	友和市民センター	①骨密度測定、体組成測定、健康栄養相談など ②はだしになりやすい靴下、マスク ③佐伯支所 ☎ 1124

いきいき健康体操

地域包括ケア推進課 ☎ 9167

廿日市市老人クラブ連合会廿日市支部では、簡単な健康体操を実施します。

と き 3月6日(水)、27日(水)各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 60人 (予約不要・先着順)

あなたの健康見守り隊

健康や医療などの情報コーナー



休日診療、休日・夜間救急診療の最新情報は市ホームページを確認してください



救急医療情報や外国語対応ができる医療機関を検索したいときは、救急医療Net Hiroshimaを利用してください

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】(小児の場合、まずは#8000へ連絡を)

#7119

24時間 365日対応

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

夜間に子ども(15歳未満)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…

【小児救急医療電話相談】

#8000

毎日19:00～翌朝8:00対応

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) 555-8870

▼緊急時はためらわず119番へ

3月の休日診療

とき	医療機関名	診療科目	住 所	電 話
3日(日)	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
	みにたに泌尿器科クリニック	泌尿器科	下平良1-3-36	31-5000
10日(日)	あまのクリニック	小児科	串戸5-1-37	31-5151
	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
17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
	佐藤皮膚科クリニック	皮膚科	串戸2-17-4	34-3400
20日(祝)	かめよし皮膚科・アレルギー科	皮膚科	阿品3-1-6	36-1239
	松田整形外科	整形外科	串戸2-17-4	34-1800
24日(日)	平田内科小児科医院	内科・小児科	阿品台4-1-26	39-1155
	ひらた耳鼻咽喉科・アレルギー科	耳鼻咽喉科・アレルギー科	天神12-7 2階	34-3828
31日(日)	ひろしまこどもクリニック	小児科	宮内4478-1	37-1230
	とうげ外科・胃腸科	外科・胃腸科	本町6-2	32-6220

受付時間 9:00～17:30 休憩時間 13:00～14:00 (受付時間・休憩時間は医療機関によって異なる場合があります)
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)。

3月の休日・夜間救急診療

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 (診療終了時間の15分前まで)	内科 (対象:15歳以上)	月～土曜日 19:00～22:00 日曜日、祝・休日 9:00～21:00 (12:30～13:30休診) ※3月17日(日)9:00～19:00は受電設備工事のため休診 (19:00～21:00は開診)
	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
	耳鼻咽喉科	土曜日(祝・休日を除く) 19:00～22:30
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。