

Health and Medical information

備考欄は、①内容②参加費・持ち物③申込方法④定員⑤問い合わせ先です。

●ハツラツ！はつかいち交流ウォーキング

とき	ところ	備考
9日(土) 9時	2区 集会所	①2区周回コース(約4km) ②50円 ⑤大野支所 ☎③3309
15日(金) 9時	串戸市民 センター	①阿品台西小学校前・ナタリー マリナタウン周辺(約8km) ②100円 ③⑤13日(水)12時までに 串戸市民センター ☎②2096
17日(日) 9時	四季が丘 市民 センター	①四季が丘公園めぐり(約5km) ②他地区からの参加者のみ50円 ③⑤14日(木)までに四季が丘 市民センター ☎③3365
18日(月) 9時30分 (※)	中央市民 センター	①廿日市地区周辺(約6km) ③⑤15日(金)までに 中央市民センター ☎②1266
22日(金) 10時	吉和ふれあい 交流センター	①吉和ウォーキングマップ 田園コース(約5km) ②200円(保険、軽食を含む) ③⑤21日(木)までに吉和支所 ☎⑦2113
6月5日(金) 9時30分 (※)	佐方市民 センター	①佐方地区周辺(約6km) ③⑤6月4日(木)までに 佐方市民センター ☎②5049

◆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
(※)は、15分前受付開始

●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・U-39・後期高齢者健診、胃・肺・大腸・乳・子宮頸がんの検診、C・B型肝炎ウイルス検査)と国保人間ドック(一部医療機関)の申し込みを受け付けています。

予約方法 はつかいちけんしんナビから、または健診コールセンターまで電話 ☎③2026で。



▲はつかいちけんしんナビ

禁煙標語

きんえんで しぜんとからだ まもろうよ
岩本 土波さん

●ウォーキングカード達成者

折本 好規さん(上平良)

●いきいき健康体操

廿日市市老人クラブ連合会事務局 ☎③5777
(火・木曜日10時~16時)

簡単な健康体操を実施します。

とき ①5月13日(水)②27日(水)各13時30分~15時
ところ 学研廿日市市多世代サポートセンター3階
学研ホール

対象 市在住で65歳以上の人

定員 各100人

持ち物 室内用運動靴、飲み物



一 老人クラブの会員募集

カローリング大会やグラウンドゴルフ大会、芸能大会、体力測定会などの活動をしています。老人クラブへ新規加入した人は、はつポで100ポイント獲得できます。詳しくは、問い合わせてください。

はつポに関して、詳しくは市ホームページを確認してください▶



●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す

国民健康保険に加入している40歳~74歳の方は、無料で特定健診が受診できます。対象者には、5月末に「特定健診受診券」(ピンク色)を送付します。

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す。

【乳がん】昭和60年4月2日~昭和61年4月1日生まれの女性
【子宮頸がん】平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれの女性

健康や医療などの情報コーナー

あなたの健康見守り隊



休日・夜間の救急診療の最新情報は
佐伯地区医師会ホームページを
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、
医療情報ネット(ナビ)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・備後圏域】
(小児の場合、まずは#8000へ連絡を)

7 1 1 9

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

24時間 365日対応

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】

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

8 0 0 0

毎日19:00~翌朝8:00対応
※土日は17:00~翌朝8:00対応

つながらない場合は ▶▶▶ 082(555)8870

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) ☎③3199
※診察終了時間の30分前までに症状を電話
で連絡してください

内科
(対象 15歳以上)
月~金曜日 …… 19時~21時30分
土曜日 …… 18時~21時
日曜日、祝・休日 …… 9時~21時
※12時30分~13時30分休診

外科
月曜日 …… 休診
火~金曜日 …… 19時~21時30分
※祝・休日除く

●5月の市内休日診療

とき	医療機関名	診療科目	所在地	電話
3日(祝)	串戸心療クリニック	心療内科・精神科	串戸4-2-16	③6014
4日(祝)	くろさきクリニック	内科・外科・血管外科	大野中央5-1-43 3階	③6805
5日(祝)	ひろしまこどもクリニック	小児科	宮内4478-1	③1230
6日(休)	みにに泌尿器科クリニック	泌尿器科	下平良1-3-36	③5000
10日(日)	佐伯中央病院(内科)	内科	津田4180	⑦1100
	宮河小児科医院	小児科	本町5-12	③1703
17日(日)	アイビー眼科	眼科	宮内4311-5	③3030
	小田耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科	宮内2-1-18	③7733
24日(日)	友和病院	精神科	峠下ヶ原500	⑦0688
	小山整形外科医院	整形外科	大東1-5	③5100
31日(日)	わたなべ眼科	眼科	宮内4-11-16	③1233
	小池皮フ科医院	皮膚科	宮内1057-1	③2030

受付時間 9時~17時30分 休憩時間 13時~14時(受付時間・休憩時間は医療機関によって異なることがあります)
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)。

●市外休日・夜間救急診療

医療機関名	診療科目	診療日時
広島市立舟入市民病院 ☎082(232)6195	耳鼻咽喉科	土曜日(祝・休日を除く) 19時~22時30分
広島市立広島市民病院 ☎082(221)2291 ※成人(高校生相当年齢以上)を診察	小児科	毎日24時間
五日市記念病院 ☎082(924)2211	内科など (歯科・歯科口腔外科を除く)	毎日24時間
広島口腔 保健センター ☎082(262)2672	脳神経外科	毎日24時間
	歯科	日曜日、祝・休日 9時~15時

診療時間・科目は必ず事前に問い合わせてください。