

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
13日(月) 9時30分 (※)	中央市民センター	①廿日市地区周辺(約6km) ③⑤10日(金)までに 中央市民センター☎⑩1266
17日(金) 9時	串戸市民センター	①廿日市マリンコース(約8km) (廿日市大橋西下経由) ②100円 ③⑤15日(水)12時までに 串戸市民センター☎⑩2096
24日(金) 9時30分	吉和ふれあい交流センター	①清流コース(約4km) ②50円 ③⑤前日までに吉和支所☎⑩2113

(※)15分前受け付け開始

◆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

◆天候や気温などにより中止となる場合があります

●いきいき健康体操

図 廿日市市老人クラブ連合会事務局☎⑩5777
(火・木曜日10時～16時)

簡単な健康体操を実施します。

とき ①7月8日(水)②22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



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。詳しくは、お問い合わせください。

●ニュースポーツ体験と健康チェック

とき	ところ	備考
5日(日) 10時～ 12時	フジタ スクエア まるくる大野	①子どもから高齢者まで楽しめる ミニテニスやフライングディスクなどの室内スポーツなど ②室内用運動靴、飲み物(動きやすい服装で来てください) ⑤大野支所☎⑩3309 詳しくはこちら▶

●献血

とき	ところ	備考
10日(金) 9時30分～11時 12時15分～16時	市役所	⑤健康推進課☎⑩1610

●集団健診・国保人間ドック

集団健診と国保人間ドック(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の健診予約から、または、健診コールセンターまで電話☎⑩2026で。

※詳しくは、市ホームページまたは健診のご案内を確認してください



●「健康はつかいち21ウォーキングカード」達成者

河本 清一さん(大野3区)
上田 良雄さん(大野10区)
上田 幸子さん(大野10区)



●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)

応募期限 8月31日(月)まで

※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



禁煙標語

吸わないで 自分もまわりも いやな思い
川端 千裕さん

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。

24時間 365日対応

※相談無料

緊急時は
たけらわす
119番へ

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。

8 0 0 0

毎日19:00～翌朝8:00対応

※土日祝は17:00～翌朝8:00対応

※相談無料

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) ☎⑩3199
※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)	診療時間
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	診療時間
月曜日	休診
火～金曜日	19時～21時30分 ※祝・休日除く

●7月の市内休日診療

とき	医療機関名	診療科目	所在地	電話
5日(日)	永井医院	内科	大野中央3-2-31	⑤0014
	松田整形外科	整形外科	串戸2-17-4	④1800
12日(日)	今田眼科医院	眼科	阿品台4-1-14	③1771
	みずの耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	串戸4-14-14	④3110
19日(日)	阿品土谷病院(内科)	内科	阿品4-51-1	③5050
	石田眼科医院	眼科	住吉1-4-15	③0850
20日(祝)	いやさか腎クリニック	内科	阿品台4-1-24	③5500
	かとうレディースクリニック	婦人科	阿品3-1-6	③0135
26日(日)	ひろしまこどもクリニック	小児科	宮内4478-1	③1230
	令和アイクリニック	眼科	串戸2-20-1	④1750

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お問い合わせください(当番医は変更することがあります)。

●7月の市外休日・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。