

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
14日(月) 9時30分 (※)	中央市民 センター	①廿日市地区周辺 (約6km) ③⑤11日(金)までに中央市民セン ター☎②01266
18日(金) 9時	串戸市民 センター	①陽光台・宮園コース (約6km) ②100円 ③⑤16日(水)12時までに串戸市民 センター☎②2096
25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) ②50円 ③⑤前日までに吉和支所☎⑦2113
26日(土) 9時30分	平良市民 センター	①平良市民センター周辺 (約5km) ②50円 ③⑤前日までに平良市民センター ☎③1251 ④20人
28日(月) 9時	3区集会所	①学校・歴史コース (約5km) ②50円 ⑤大野支所☎③3309
10月2日(金) 9時30分 (※)	佐方市民 センター	①佐方地区周辺 (約6km) ③⑤前日までに佐方市民センター ☎②5049

(※)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

◆雨天中止

●今日からはじめる運動入門

とき	ところ	備考
9月15日(火) 10時～11時	フジタ スクエア まるくる大野	①自宅でもできる簡単な運動 ②飲み物、タオル、室内用運 動靴 ③⑤フジタ スクエア まるくる大 野☎⑤3015まで電話で。

●「健康はつかいち21 ウォーキングカード」 達成者

やまもと みつはる
山本 光治さん (佐方)
まつうら こうじ
松浦 孝治さん (桜尾本町)



禁煙標語
健康は みんなの宝 禁煙だ

ふくろ せ
袋瀬 ほのみさん

●健診サポートDAY (健診結果説明会)

とき	ところ	備考
9月8日(火) 9時30分～ 11時15分	山崎本社 みんなの あいプラザ	①保健師による健診結果個別 相談、栄養士からの食事ア ドバイス、骨密度測定など ② (持っている人は) 健診結果票 ③⑤健診コールセンター ☎③2026まで電話で。 ※受付時間は、予約時に指定します

●健康相談会

とき	ところ	備考
9月9日(水) 13時10分～ 14時40分	フジタ スクエア まるくる大野	①医師による健診結果説明・ 健康相談、健康運動指導士に よる運動相談、栄養士によ る個別食事アドバイス、ヘル スチェック (血圧・体脂 肪測定)、血管年齢測定、 野菜摂取チェックなど ② (持っている人は) 健診結果 票、お薬手帳 ③⑤大野支所☎③3309まで電話 で。 ※受付時間は、予約時に指定します

●集団健診・国保人間ドックの申し込み受け付け中

図 健診コールセンター☎③2026

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



はつかいち
けんしんナビ▶



●いきいき健康体操

図 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 ①9月9日(火)②30日(火)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

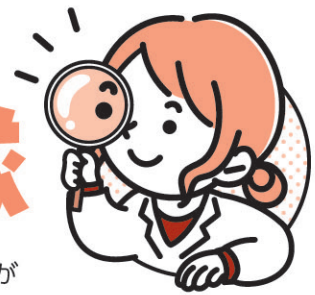
対象 市在住で65歳以上の人

定員 各100人 (当日先着順)

持ち物 室内用運動靴、飲み物



あなたの健康見守り隊



日曜日、祝・休日などは、開いている医療機関が少なく、混雑します。持病の通院や薬の処方が
必要な人は、平日に受診するなど早めの受診をお願いします。

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・備後圏域】
(小児の場合、まずは#8000へ連絡を)

#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

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】

#8000

毎日19:00～翌朝8:00対応
※土日祝は17:00～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



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

●9月の市内休日診療

とき	医療機関名	診療科目	所在地	電話
6日(日)	わたなべ眼科	眼科	宮内4-11-16	③1233
	佐藤皮ふ科クリニック	皮膚科	串戸2-17-4	③43400
13日(日)	友和病院	精神科	峠下ヶ原500	⑦40688
	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	③43828
20日(日)	田口脳心臓血管クリニック	脳神経外科	阿品3-2-18	③07788
21日(祝)	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	③40035
22日(休)	わき小児科医院	小児科	下平良1-3-36-301	③40207
23日(祝)	いやさか腎クリニック	内科	阿品台4-1-24	③95500
27日(日)	アイビー眼科	眼科	宮内4311-5	③73030
	宮河小児科医院	小児科	本町5-12	③1703

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)。

●休日・夜間の救急診療情報

最新情報は
市ホームページを
確認してください▶



全国の病院や歯科、
薬局の情報を検索
できます▶



●医療情報ネット(ナビイ)

●救急歯科診療

医療機関名 広島口腔保健センター☎082 (262) 2672

診療科目 歯 科

診療日時 日曜日、祝・休日 9時～15時

診療時間は必ず事前に問い合わせてください。