

公民館自主サークル活動

因幡中央公民館 ☎0848-38-1243 📠0848-44-2569

市内各公民館では、住民の皆さんが自主的にサークルをつくり、活動しています。
 ※定員の関係等で入会できない場合があります。※会費等が必要です。
 ※参加希望の人は各公民館か中央公民館へお問い合わせください。各公民館に自主サークル名と活動日時が載っている冊子がありますので、ご利用ください。

山波公民館	山波町 ☎0848-37-8226	絵手紙、歌謡、健康体操、三味線、習字、シルバーリハビリ体操、銭太鼓、大正琴、舞踊、フラワーアレンジメント、ホルン、民謡、ヨガ
長江公民館	長江二丁目 ☎0848-37-9656	アートフラワー、編物、エアロビクス、おじゃみ、折り紙、絵画、菓子・料理、歌謡、健康体操、詩吟、スポーツダンス、チェアエクササイズ、手仕事、パソコン、フォークダンス、筆ペン習字、フラダンス、民謡、料理、レクリエーションダンス
土堂公民館	西土堂町 ☎0848-23-9662	子ども書道、手工芸、書道、煎茶、ハガキ絵、パッチワーク、舞踊、ヨガ
吉和公民館	神田町 ☎0848-22-4665	アートフラワー、生花、英会話、絵手紙、歌謡、空手、子育て支援、茶道、サロン、さわやか体操、さわやか勉強会、詩吟、ジャギーダンス、水墨画、体操、手編物、陶芸、トリム体操、パソコン、フォークダンス、料理
日比崎公民館	栗原西一丁目 ☎0848-22-8732	英会話、絵画、華道、歌謡、韓国語、漢詩、クラシックバレエ、子ども日本舞踊、刺し子、サロン、3B体操、詩吟、社交ダンス、三味線、民謡、書道、女性囲碁、シルバーリハビリ体操、水墨画、銭太鼓、太極拳、ダンス、中国語、中国料理、手編み、手描友禅、日本語、フォークダンス、舞踊、フラダンス、民謡、三味線、ヨガ、和紙ちぎり絵
栗原公民館	西則末町 ☎0848-23-2107	おやつ同好会、介護予防体操、かな習字、歌謡、気功、コーラス、茶道、サロン、手芸、銭太鼓、煎茶、太極拳、大正琴、短歌、トリム体操、ハーモニカ、パッチワーク、舞踊、ペン習字、ものづくり
栗原北公民館	美ノ郷町 ☎0848-48-5868	アートフラワー、アマチュア無線、囲碁、エアロビクス、英会話、絵手紙、歌謡、空手、韓国語、ギター、着付け、燻製、軽音楽、健康体操、剣詩舞、子育てサロン、子ども英会話、古文書、サロン、詩吟、社交ダンス、写真、水彩画、ストレッチ体操、スポーツ、スポーツダンス、銭太鼓、太極拳、大正琴、体操、ダンス、中国語、粘土の花と人形、パト、バレエ、ピースワーク、フォークダンス、舞踊、フラダンス、フラワーデザイン、邦楽、民謡、三味線、有酸素運動、ヨガ、よさこい、料理
藤井川公民館	美ノ郷町	F.L.Oの会、生花、歌声で健康、健康体操、サロン、相撲甚句、卓球、パッチワーク、ふじの会、舞踊、フラダンス、文庫、民謡、料理
木ノ庄東分館	木ノ庄町	囲碁・将棋、エイサー、子育てサークル、茶道、詩吟、パッチワーク、舞踊、民謡
山方分館	木ノ庄町	折り紙
原田分館	原田町	歌謡
久山田分館	久山田町	囲碁、歌謡、子育て
東部公民館	高須町 ☎0848-46-0001	アートフラワー、生花、囲碁、英会話、絵手紙、親子サークル、絵画、カウンセリングルーム、歌謡、空手、着付、子育て、子ども英会話、子どもお絵かき、子ども書道、子どもダンス空手、子どもバレエ体操、サロン、三線、姿勢改善、手芸、手話、書道、煎茶、大正琴、体操、ダンス、手作りアート、トリム体操、パッチワーク、舞踊、フラダンス、有酸素運動、ヨガ
高須南分館	高須町	アートフラワー、絵手紙、子ども空手、水彩画、トリム体操、吹き矢、舞踊
浦崎公民館	浦崎町 ☎0848-73-3626	編物、囲碁、絵画、郷土文化、健康体操、コーラス、茶道、蕎麦打ち、パソコン、バンド、ヨガ、エアロビクス、料理
向東公民館 (サンボル尾道内)	向東町 ☎0848-44-3955	生花、英会話、おし花、折り紙、絵画、かな書道、歌謡、漢字書道、健康体操、箏(ことう)、3B体操、社交ダンス、大正琴、ちぎり絵、チェアエクササイズ、陶芸、ハガキ絵、舞踊、フラダンス、フラワーアレンジメント、フラワーデザイン、民謡、ヨガ、リトミック、レクリエーションダンス
菅野公民館	御調町 ☎0848-76-1899	健康体操、男性料理、陶芸、パソコン、ペン習字
上川辺公民館	御調町 ☎0848-76-0301	絵手紙、歌謡、健康体操、詩吟、書道、転倒防止、童謡、パソコン、パッチワーク、ヒップホップダンス、舞踊、洋裁、リース、料理
市公民館	御調町 ☎0848-76-2323	生花、絵手紙、歌謡、空手、高齢者運動、茶道、3B体操、詩吟、書道、自力体操、太極拳、短歌、ちぎり絵、パソコン、舞踊、フラ、民謡、三味線、洋画
河内公民館	御調町 ☎0848-76-1981	歌謡、カローリング、コーラス、茶道、詩吟、銭太鼓、太極拳、竹細工、ダンス、謡曲・仕舞、和太鼓
今津野公民館	御調町 ☎0848-78-0405	絵手紙、コーラス、手芸、銭太鼓、大正琴、パソコン、墨彩画
綾目公民館	御調町 ☎0848-76-0050	エイサー、絵手紙、歌謡、コーラス、詩吟、手芸、書道、大正琴、パソコン
大和公民館	御調町 ☎0848-76-0692	編物、絵手紙、歌謡、コーラス、書道、大正琴、南京玉すだれ、パソコン、フラ、ミュージックベル
向島公民館	向島町 ☎0848-44-0683	編物、生花、エアロビクス、英会話、絵手紙、お手玉、折り紙、音楽療法、傘踊り、かな書道、歌謡、空手、着付け・着せ方、木目込み人形、健康体操、コーラス、琴、子どもバレエ、茶道(煎茶)、茶道(抹茶)、3B体操、児童文学、尺八、写真、三味線、女性囲碁、書道、吹奏楽、水墨画、スポーツダンス、大正琴、短歌、チェアエクササイズ、中国語、手描友禅、デジタル絵画、トールペイント、トリム体操、日本画、布絵、布工房、パソコン、パッチワーク、ハワイアンフラ、フォークダンス、舞踊、フラワーアレンジメント、フラワーデザイン、ブリザーブドフラワー、ペン習字、洋画、洋菓子、謡曲、洋裁、ヨガ、料理、和紙工芸・人形
※川尻・兼吉・江 奥・津部田・立 花・岩子島・愛 ランドの問い 合わせは、向島 公民館へ。	川尻分館(愛あいセンター内) 兼吉(やすらぎ荘内) 江奥コミュニティセンター 津部田コミュニティセンター 立花(いきいきサロン立花内) 岩子島(農業構造改善センター内) 愛ランド	合唱、ジュニアオーケストラ、ママサークル 歌謡 民謡 歌謡 歌謡、日本舞踊 民謡
土生公民館	因島土生町 ☎0845-22-0032	囲碁、絵画、健康体操、太極拳、洋菓子、ヨガ
田熊公民館	因島田熊町 ☎0845-22-0537	生花、合奏、空手、かるた、韓国語、健康体操、コーラス、3B体操、写真、習字、シルバーリハビリ体操、水彩画、川柳、太極拳、大正琴、卓球、ダンス、男性料理、ちぎり絵、日舞、脳刺激健康教室、マジック、ラージボール卓球
三庄公民館	因島三庄町 ☎0845-22-0418	生花、囲碁、花道、歌謡、健康体操、コーラス、子ども日舞、茶道、サロン、3B体操、社交ダンス、写真、習字、柔軟体操、手芸、将棋、女性の会、書道、銭太鼓、川柳、短歌、男性料理、手描友禅、陶芸、南京玉すだれ、日舞、俳句、フォークダンス、フラダンス、麵うち、ヨガ、ラージ卓球
中庄公民館	因島中庄町 ☎0845-24-0009	生花、囲碁、ヴォイストレーニング、絵手紙、オカリナ、お手玉、絵画、歌謡、きりえ、コーラス、子育てサロン、子ども料理、茶道、サロン、3B体操、写真、手芸、将棋、書道、水彩画、大正琴、短歌、チェロ、陶芸、パソコン、吹き矢、舞踊、ヨガ、ラージ卓球、料理
大浜公民館	因島大浜町 ☎0845-24-1001	アロマテラピー、生花、囲碁、エアロビクス、エココラフト、絵手紙、踊り、楽器演奏、歌謡、空手、かるた、ギター、キッズ英会話、芸術、健康体操、剣道、子育てサークル、子ども生花、子ども囲碁、子ども絵手紙、子ども茶道、詩吟、社交ダンス、写真、手芸、ジュニア新体操、書道、水彩画、水墨画、銭太鼓、大正琴、ダンス、パン作り、フラワーアレンジメント、ブリザーブドフラワー、謡曲・仕舞、ヨガ、ラージボール卓球
重井公民館	因島重井町 ☎0845-25-0016	頭の体操、いきいき学習、生花、歌謡、子どもスポーツ、地踊り、社交ダンス、写真、手芸、ストレッチ、ソーシャルダンス、バドミントン、ビーチボールラリー、フィットネス、ラージボール卓球
東生口公民館	因島原町 ☎0845-28-0219	合気道、生花、囲碁、絵手紙、おし花、歌謡、写真、手芸、銭太鼓、太極拳、太鼓、短歌、ダンス、俳句、ピラティス、舞踊、フラダンス、ヨガ、ラージ卓球、リズム体操
瀬戸田公民館 (瀬戸田市民会館内)	瀬戸田町 ☎0845-27-1878	生花、囲碁、絵手紙、オカリナ、かな書道、子ども茶道、茶道、サポートクラブ、サロン、詩吟、詩舞、手芸、舞踊、木版画、友禅染、ヨガ
		編物、生花、絵手紙、おはなしひろば、弦楽器、コーラス、子どもダンス、コンディショニング、詩吟、尺八、将棋、書道、水墨画、大正琴、短歌、ダンス、ちぎり絵、吊り飾り、手描友禅、点字、南京玉すだれ、布絵本、ハーモニカ、俳句、パソコン、フラダンス、木工、洋裁

くらしの窓

健康・福祉

子育て

スポーツ

芸術・文化

情報アラルト

相談



健康おのみち21の
"おのみちい"です

昼は元気だったのに…



夜間に調子が悪くなって…



どこに行ったらいいの？



夜間・休日の
尾道市救急医療体制

軽症の場合

家で様子を見ているのが心配

1次救急



かかりつけ医に相談するか、下記の診療機関で受診してください。

- ・夜間救急診療所 (内科・外科)
- ・休日当番医 尾道地域医療機関
因島医師会病院
瀬戸田地域医療機関
- ・歯科休日当番医 尾道地域歯科医療機関

重症の場合

重大な病気やけがの可能性のある症状がみられた場合

2次救急

3次救急

病院群
輪番制
病院

尾道市立市民病院
公立みつぎ総合病院
JA尾道総合病院
因島総合病院

地域救急
救命センター

JA尾道
総合病院

より高度な医療が必要と判断

このような症状は救急車を！

- ・突然うまく話せなくなる
- ・胸が圧迫されるように痛む
- ・突然の激しい頭痛
- ・意識がない 呼吸がない



夜間の急病やケガなどの応急的な診療を行います。

★夜間救急診療のご案内

- 診察時間 ●月～金曜 20:00～23:00
尾道市立夜間救急診療所
〒722-0017 門田町22-5(総合福祉センター敷地内)
☎0848-38-9099
- 土・日・祝日 20:00～23:00
JA尾道総合病院☎0848-22-8111
- 診療科 内科・外科

★子どもの急病は…
お電話ください！



電話番号
☎#8000
☆こどもの救急電話相談
☎0848-22-8111
☆JA尾道総合病院

健康・福祉



健康相談など

健康診査の結果や血圧・体重などを記入できる健康手帳を配布しています。(40歳以上の市民)
配布場所 健康推進課、保険年金課、因島総合支所健康推進課、御調保健福祉センター、向島支所、瀬戸田福祉保健センター

尾道地域(向島を含む)

健康推進課(☎0848-24-1960)

●こころの健康・ひきこもり相談
(要申込/定員各日2人)

- ◇4月27日(月) 13:30～16:30
- ◇5月12日(火) 13:00～16:00

場所 総合福祉センター

対象 こころの悩みのある人かその家族、または概ね18歳以上で6カ月以上ひきこもり状態にある人かその家族

担当 精神保健カウンセラー

因島・瀬戸田地域

因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)

●こころの相談(要申込/定員2人)

◇4月30日(木)受付13:00～16:00

場所 因島総合支所

対象 こころの悩みのある人かその家族

担当 精神保健カウンセラー

御調地域

御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

●こころの相談(要申込/定員2人)

◇4月22日(水) 13:30～15:30

場所 御調保健福祉センター

対象 こころの悩みのある人かその家族

担当 臨床心理士、保健師

●もの忘れ何でも相談室(要申込)

◇5月21日(木) 13:30～15:00

場所 御調保健福祉センター

対象 認知症状のある人を在宅で介護している家族

内容 もの忘れ等についての個別相談[申込等は尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)へ]

東部保健所での相談(要申込)

●B型・C型肝炎ウイルス検査

◇第2・4水曜(検査無料)

※他で検査機会がない人が対象です。
※今まで検査を受けたことのない人が対象です。

●HIV抗体検査と相談

◇第2・4水曜(検査無料)

※匿名受付。電話相談随時。

●アレルギー疾患相談

◇第3火曜 13:30～15:30

内容 生活・栄養相談(おさんは母子健康手帳持参)

●心の健康相談(精神科医師による相談)

◇4月15日(水) 13:30～16:00

☎東部保健所保健課(☎0848-25-2011)

尾道市東部地域包括支援センターが移転しました

ベイタウン尾道組合会館の建て替えに伴い、新しい会館へ移転しました。
新住所:東尾道4-4(旧会館の隣)
 ※電話・FAX番号の変更はありません。
☎高齢者福祉課(☎0848-38-9137)
 尾道市東部地域包括支援センター
 (☎0848-56-0345)

国保すこやか健康塾

日時 4月16日・30日、5月14日・28日、
 6月11日・25日、7月9日・23日、
 8月6日・20日、9月10日・17日の
 木曜13:30~15:30
場所 芸予文化情報センター
対象 尾道市国民健康保険加入者
内容 ストレッチ体操、バランス運動、筋力づくり運動など
講師 田中悦子さん(フィットネスインストラクター)
持参物 運動靴、ストレッチマット
 またはバスタオル、お茶か水
☎因島福祉課(☎0845-26-6218)

尾道市障害者巡回相談会

障害者の自立支援のため、専門の相談員による巡回相談を行います。
 ※手帳の有無や障害種別については問いません。本人・家族等で気軽にご相談ください。
 ※当日、直接会場にお越しください。
 (電話予約も可)
■尾道地区【場所:浦崎公民館】
日程 6月9日、9月8日、12月8日、
 3月8日の火曜
時間 13:00~15:00
■因島・瀬戸田地区
【場所:瀬戸田福祉保健センター】
日程 4月から平成28年3月の第3水曜
時間 10:00~15:00
【共通事項】
内容 障害福祉に関すること
相談員 障害者サポートセンター
 はな・はなの相談支援専門員
 ※訪問希望者は事前に希望日等をご連絡ください。
☎障害者サポートセンター はな・はな
 (☎0848-29-5002 ☎0848-29-5003)

あなたも一緒にホスピスボランティアしませんか

公立みつぎ総合病院のホスピス(緩和ケア病棟)でのボランティアです。
ボランティア内容

【例】生け花、病棟内の飾り付け、ティーサービス、イベント手伝い、図書整理、抹茶サービス、バンド演奏、縫い物、遺族会や病棟見学会の手伝いなど
 ※活動前に、養成講座と面接などを予定しています。

養成講座内容【場所:御調保健福祉センター】

【第1回】6月4日(木)「ボランティアの役割」
 ボランティアコーディネーター、ボランティア

【第2回】6月11日(木)「緩和ケアの理念」緩和ケア病棟医長

【第3回】6月18日(木)「ケアの実際」緩和ケア病棟看護師長

※いずれも18:00~19:00までです。※養成講座受講のみは不可。

申込期限 5月29日(金)まで ※申込受付時間は9:00~20:00。

☎☎公立みつぎ総合病院緩和ケア病棟(☎0848-76-1328)



因島・瀬戸田相談センター
 (☎0845-24-3632 ☎0845-24-3631)
 社会福祉課
 (☎0848-38-9125 ☎0848-37-7260)

身体障害者相談会

身体障害者相談員が対応します。
■身体障害者福祉協会事務所
 (総合福祉センター2階)
日時 第3金曜15:00~17:00
☎森下(☎090-6403-8785)
■向島支所ロビー
日時 原則第1木曜13:00~15:00
☎瀧尾(☎090-8360-2595)
■因島身体障害者福祉協会事務所
 (因島総合支所4階)
日時 第1木曜13:00~15:00
☎後藤(☎0845-28-0229)

生と死を考える談話室

日時 5月9日(土) 14:00~16:00
場所 総合福祉センター
テーマ 「リハビリテーションの根本にあるもの、それは、その人らしさを取り戻すこと」~リハビリは身体機能回復だけではない~
話題提供者 藤井恭平(公立みつぎ総合病院理学療法士)
 ※当日、直接会場にお越しください。
☎尾道・生と死を考える談話室
 (☎0848-22-9872)
 健康推進課(☎0848-24-1962)

リウマチ友の会講演会

日時 5月10日(日) 12:30~15:30
場所 広島県民文化センターふくやま(福山市東桜町1-21)
内容
■「リウマチの合併症・薬の副作用について」
 山名二郎さん(東広島記念病院理事 専務)
■「日常生活の中でできるリハビリについて」
 井上奈々さん(東広島整形外科クリニック理学療法士)
 ※当日、直接会場にお越しください。
☎(公社)日本リウマチ友の会広島支部
 (澤井☎090-4890-1591)

男の料理教室

日時 5月20日(水) 10:00~13:00
場所 御調保健福祉センター
対象 概ね65歳以上の男性
定員 概ね20人
参加費 500円程度(予定)
持参物 米一合、エプロン、三角巾、手拭タオル
申込期限 5月13日(水)
☎☎尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)

献血

日程	場所	受付時間
4/21(火)	消防局	8:30~10:30
	横浜ゴム尾道工場	12:30~15:30

☎尾道市公衆衛生推進協議会(☎0848-24-1177)

まめまめ通信23

健康おのみち21 基本目標⑤
健康を支え、守るための元気な地域をつくる

2015年度尾道市 歩け歩け会会員募集

対象 自力で歩ける人(市外の人可)

定員 500人

年会費 中学生以上1,000円、小学生以下・80歳以上500円(レクレーション保険、資料代等含む)

申込方法 4月27日(月) 9:00~16:00に公会堂ロビーで申込

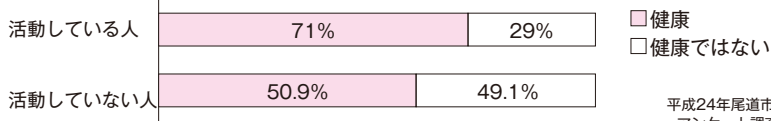
※会員でない人は参加できません。原則雨天決行。(天候により変更あり)参加中の事故は主催者としては応急処置のみ。前年度皆勤該当者に皆勤賞を贈呈。

日程	行き先
5/17	開会式、市内散策(鳴滝山~久山田)
6/21	山野峡(龍頭の瀧)(福山市山野町)
8/16	千光寺山早朝登山(ラジオ体操)
9/20	鬼の舌震(島根県奥出雲町)
10/18	帝釈峡(庄原市・神石高原町)
11/15	毛無山登山(広島県民の森)
2/21	嫁いらず観音院(井原市)
3/20	地藏鼻~千年松海岸散策
7/10	夏の伊豆路散策、達磨山
7/12	浄蓮の滝、天城山隧道等
5/2~3	第72回尾道みなと祭スタンプラリー
9/26(予定)	(仮称)花薫る尾道御調ウオーク
11/1	花と潮風薫る尾道向島ウオーク
11/8	尾道市民健康まつり

〒719-0801 尾道市歩け歩け会事務局
(☎090-8716-9858)

健康づくりには、地域活動や身近な人同士の声かけなど、コミュニケーションの輪が重要な役割を持ちます。地域活動が活発な人ほど、健康と感じている人も多く、地域の活性化は、地域の健康にもつながっています。

楽しみや生きがい活動をしている人の健康観



平成24年度尾道市健康づくりアンケート調査結果より



- ◎地域であいさつや声をかけ合おう
- ◎地域の行事に家族で参加しよう
- ◎公民館や集会所の講座に参加してみよう



健康推進課
(☎0848-24-1962)



今年度の特定健康診査

4月末から始まります!

1年に1度、生活習慣病のチェック!

40~74歳の市国保の人は自己負担金8,000円相当の健診が無料で受けられます。

対象者には4月下旬に「特定健康診査受診券」とご案内パンフレットを郵送します。届いたら、お早めに申し込みください。

特定健診を受けると何がわかる?

高血圧症や糖尿病などの生活習慣病を早期発見し、生活改善することで脳卒中や心臓病などの大きな病気を防ぐことができます。

健診受診でからだチェック!

市国保の特定健診受診率は30.6%と国平均より低い状況です。健診を受けていない人は重症化し医療費が高くなる傾向にあります。詳しい受診方法については、受診券に同封するパンフレットを参考にしてください。

~おのみち川柳~



きみどりの
受診券もって
健診だ



※人間ドックの助成申請をする場合はこの受診券が必要です。

☎保険年金課(☎0848-38-9107)、健康推進課(☎0848-24-1962)

集団健診 (料金が安い・まとめて受診・午前中で終わる!)

【要申込 申込はお早めに!】

総合健診【特定健診・後期高齢者健診】

がん検診(肺・胃・大腸・子宮頸・乳・前立腺)、肝炎ウイルス検診

受付時間 8:30~10:00

申込方法 各申込期限までに①受診希望日・場所(第1・第2希望)②名前(ふりがな)③性別④生年月日⑤年齢⑥住所⑦電話番号を記入のうえ、郵送か窓口受付で申込

(※右記日程以外にも、8月以降の日程がたくさんあります。詳しくは、広報おのみち5月号折込「健康診査お知らせ」をご覧ください。また、5月10日(日)以降の申込は、「健康診査お知らせ」内にある集団健診専用申込書をご利用ください。)

実施日	場所	申込期限
※6/15(月)	総合福祉センター	5/20(水)
7/1(水)	芸予文化情報センター(因島)	5/22(金)
7/2(木)	芸予文化情報センター(因島)	
7/3(金)	公会堂	
7/28(火)	総合福祉センター	
7/29(水)	総合福祉センター	
7/30(木)	御調文化会館	6/10(水)
7/31(金)	御調文化会館	

※の日は、東広島記念病院実施。その他の日は、中国労働衛生協会尾道検診所実施。

☎☎〒722-0017 門田町22-5
健康推進課(☎0848-24-1962)
〒722-0311 御調町市107-1
御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

■料金表示のないものは参加無料です。 ☎電話 ☎ファックス ☎電子メール ☎ホームページ ☎お問い合わせ先

人間ドック助成

助成申請は4月20日(月)
(国保の人は特定健診受診券が届いて)から

助成
金額

人間ドック 25,000円
人間ドック+脳MRI検査 40,000円^{【※1】}

【※1】脳MRI検査の助成は、平成27年4月1日(水)～平成28年3月31日(木)の間で誕生日を迎えて偶数年齢になる人のみ対象となります。

対象(次の要件を満たす人)

- ◎助成申請時に、尾道市国保に6カ月以上加入している人(ただし、平成27年4月中に国保加入の人は10月1日から申請可)または、市内に住所を有し、人間ドック受診時に広島県後期高齢者医療制度に加入している人
- ◎平成27年度に満40歳以上になる人
- ◎保険料を完納していること、および保険料の収納状況について照会されることに同意する人
- ◎市が受診結果を保健指導に活用することに同意する人
- ◎脳MRI検査の対象は、平成27年4月1日(水)～平成28年3月31日(木)の間で誕生日を迎えて偶数年齢になる人

注意事項

- ※助成回数は年度内に1回のみです。
- ※特定保健指導利用中の人は指導終了後ドック受診可能です。11月以降に終了予定の人は10月末までにご相談ください。

手続きの流れ

- ①事前に実施医療機関に予約申込[現在受付中]
ドック受診期間:5月1日(金)～平成28年3月31日(木)
- ②受診日までに保険年金課または各支所で助成申請
助成申請受付期間:4月20日(月)～10月30日(金)
※ドック受診日が11月～3月の人も必ず10月30日(金)までに助成申請してください。
申請時必要なもの:保険証・印鑑・74歳までの人は「特定健診受診券」^{【※2】}
【※2】「特定健診受診券」は4月20日(月)以降に郵送予定です。
◎申請時に受診予定日と医療機関を確認します。
◎申請手続き完了後、助成券を発行します。人間ドック受診時に持参してください。

注意事項

- ※助成券に受診予定日、医療機関を記載しますので、変更の場合には、助成券の訂正が必要になります。
- ※キャンセルする場合は、助成券を返還してください。

検査内容(必須検査項目) ◆下記検査項目のいずれかが欠けた場合は助成が受けられません◆

人間ドック	特定健診 ／後期高齢者健診	問診・診察・身長・体重・腹囲(特定健診のみ)・BMI・血圧・心電図・眼底・中性脂肪・HDL・LDLコレステロール・AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP・糖(空腹時)・ヘモグロビンA1c・尿糖・尿たん白
	特定健診以外の尿検査	尿潜血
	貧血	白血球数・赤血球数・ヘモグロビン・ヘマトクリット
	特定健診以外の血液検査	総コレステロール・ALP・総たん白・クレアチニン・尿酸・アルブミン・総ビリルビン
	がん検診	大腸がん(便潜血:2回分)・胃がん(上部消化管内視鏡または胃X-P)・腹部エコー(超音波)・肺がん(胸部X線直接撮影)
	視力・聴力	
人間ドック+脳MRI検査	上記の検査に加えて脳MRI	

※因島医師会病院と因島総合病院では腹部超音波に代わり腹部CT、また因島医師会病院では胸部X線撮影に代わり胸部CTとなります。
◎上記以外の検査(オプション検査)は実施機関で異なります。予約の際、各自ご相談ください。

	実施医療機関名	住所	電話
人間ドック	松本病院	久保三丁目14-22	☎0848-37-2400
	中国労働衛生協会	平原三丁目1-1	☎0848-22-3803
脳MRI 検査の できる 機関	尾道市立市民病院 ^{【※3】}	新高山三丁目1170-177	☎0848-47-1155
	JA尾道総合病院 ^{【※4】}	平原一丁目10-23	☎0848-22-8111(午後のみ受付)
	公立みつぎ総合病院	御調町市124	☎0848-76-1111
	村上記念病院 ^{【※5】}	新浜一丁目14-26	☎0848-22-3131(木・土曜午後休診)
	因島医師会病院	因島中庄町1962	☎0845-24-1210
	因島総合病院	因島土生町2561	☎0845-22-2552



【※3】尾道市立市民病院での脳MRI検査は2日コースの人のみです。

【※4】JA尾道総合病院(健康管理センター)へは、FAX(0848-22-8231)でお申し込みください。折り返し病院から連絡があります。

【※5】村上記念病院へは、電話またはFAX(0848-23-3508)でお申し込みください。

☎保険年金課(☎0848-38-9107)