

「やさだるマンからのお願い」
**買う前にもう一度
考えてみようや!**
ごみの減量化にみんなで取り組もう!

3R

最新情報を配信中!

三原市公式
LINE

防災・災害などの
大切な情報をお届け!



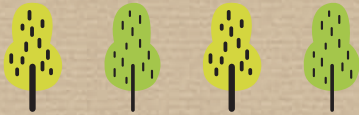
※これらのごみは、清掃工場に持ち込まれた未使用品やまだ使えるものです。

理由を知って行動を!

ごみを減らそう!

ごみを減らすことはCO2の削減や気候変動への対応、環境保全につながり、市の廃棄物処理施設の長寿命化や、経費の削減も期待されます。令和2年に市の家庭ごみの分別が変更されて3年。家庭でもごみを減らすためにできることがあるので、協力してください。

☎ 環境施設課(☎ 0848-63-1210)



まだまだ減らせませす!
三原市の
家庭ごみの量は
県内市町で中ぐらい
でも県平均を上回るごみを排出!

※令和3年度 広島県一般廃棄物処理事業の概況より。



ごみを減らす基本の考え方は

スリーアール

Reduce

Reuse



Recycle

3Rを徹底することで、ごみは減らせる!

ごみを減らして循環型社会を実現するために、次の順番で3つのRを実現することが重要です。

本当にこんなに必要かなあ?

1 Reduce

【リデュース】

余分なものは買わない・もらわない
大事に長く使う

- 買い物にはマイバッグを持って行こう!
- 安いからといって買すぎないで!
- 詰め替え用製品を買おう!
- 無駄なく使いましょう!



3

Recycle

【リサイクル】

それでもごみになったものは分別して再資源化する

- ごみは、きちんと分別することで資源になります



家庭ごみの分別ガイドはこちら



▲市HP

2

Reuse

【リユース】

繰り返し使う
使ってくれる人に譲る

- リサイクルショップやネットオークションなどを利用しよう
- バザーやフリーマーケットに出しましょう
- 必要とする人に譲りましょう



ちょっとした工夫でごみは減らせる!

家庭でできる『3きり運動』

水きり

ごみ出し前に、
生ごみを『ぎゅっ』とひと絞り

生ごみの約80%が水分といわれています。臭いやごみ出しの負担が軽減できます。

絞る前



水分を含んだ状態では100g

絞った後



20gも軽くなりました!

※市職員調べ。

食べきり

料理は残さず、おいしく食べきり、余った食べ物は上手に保存しましょう。

使いきり

食材は無駄なく使いきり、買い物前に冷蔵庫の中を確認して同じ食材を買わないようにしましょう。

Hmm...

どうやって捨てればいい?

市に寄せられるごみの疑問

Q 電池やバッテリーを分けるのはなぜ?

適切に廃棄しないと火災の原因に!

電池やバッテリーは正しく廃棄しないと火災の原因になります。電極を色付きのビニールテープで絶縁して「発火性・有害ごみ」の日に出してください。電子たばこやモバイルバッテリーなど電池が内蔵されている小型家電で、電池が取り外せない場合は本体ごと「発火性・有害ごみ」の日に出してください。



Q 残ったドレッシング、余ったペンキはどうしよう?

不要な布に吸わせて「もやすごみ」に!

新聞紙や古布などに吸わせ、乾かしてから「もやすごみ」の日に出してください。キッチンなどに流すと、排水設備が詰まるなど故障の原因になる場合があるのでやめましょう。また、余分なものを購入しないために、使いきれるよう、買い物前に在庫を確認することも大切です。



Q スプレー缶はどうやって捨てる?

ごみ出し前に屋外で中身を出しきって!

中身の残っているスプレー缶やカセットボンベが、収集車や処理施設での火災の原因になっています。中身を使いきり、他のごみと別にして「発火性・有害ごみ」の日に出してください。また、穴を開ける作業は危険なので行わないでください。



環境施設課 林

ごみで困ったら、
環境施設課へ!

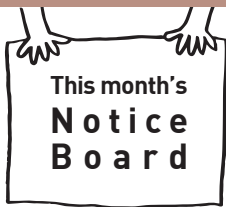
☎ 環境施設課
(TEL) 0848-63-1210)

(捨て方に困ったら)

環境施設課へ相談してください。適切な処理方法を伝えます。市HPでは、やさだるマンが答えるAIチャットボットでも、ごみの分別方法を調べることができます。

(出前講座に伺います)

ごみの分別、リサイクル、減量化などについての出前講座を行います。町内会、サロン、学校などでも開催できるので、ご相談ください。



9月のお知らせ掲示板

市からのお知らせや、新たな取り組みなどについて掲載します。

02 令和5年度 住民税均等割のみ課税 世帯へ給付金を支給します

【給付額】1世帯あたり2万5千円

☑ 令和5年6月1日に市に住民登録があり、令和5年度の住民税が均等割のみ課税者で構成される世帯または均等割のみ課税者と非課税者で構成される世帯

※世帯全員が住民税均等割の課税がある人に扶養されている場合は対象外です。

※令和5年4月以降、すでに低所得世帯への給付金(子育て世帯への給付金を除く)を受給した世帯は対象外です。

※対象と見込まれる世帯には書類を順次送付します。内容を確認し、同封の返信用封筒で必要書類を返送してください。

※詳しくは市HPで確認してください。

☑ 10月31日(火)(必着)までに社会福祉課(市役所本庁1階)へ

☎ 給付金コールセンター
(☎ 0848-67-6250※平日9時~17時。)



↑市HP

01 新型コロナワクチン 「令和5年 秋開始接種」が 始まります

ワクチンは発症予防、重症化予防に有効ですので、ぜひ接種を検討してください。

【接種券について】

所持している人:お持ちの接種券を利用してください。
未所持の人:順次送付します。

転入者:保健福祉課(市役所本庁1階)で発行
手続きをしてください。

※詳しくは市HPで確認してください。



↑市HP

【使用ワクチン】

オミクロンXBB.1系統の株に対応したワクチン

【接種実施予定時期】

9月20日(水)~令和6年3月31日(日)

☑ 初回接種を終えた、生後6カ月以上の人

☎ 保健福祉課(☎ 0848-67-6019)

04 市議会定例会が 開催されます

次の日程で、9月定例会を開催する予定です。

市議会の傍聴は当日に議事堂で受け付け、YouTube
やケーブルテレビでも中継します。

また、本会議には申し込みにより手話通訳者を配置で
きます。詳しくは市HPで確認してください。

☑ 議事堂(市役所本庁7階)

☑ 本会議=45人、各委員会=5人程度



↑市議会HP

とき	内容
5日(火)	本会議:開会
7日(木)・ 8日(金)	本会議:一般質問
11日(月)	本会議:一般質問予備日
12日(火)	総務財務委員会
13日(水)	厚生文教委員会
14日(木)	経済建設委員会
15日(金)	補正予算特別委員会
19日(火)	決算特別委員会(企業会計)
21日(木)	本会議:閉会

☎ 議会事務局(☎ 0848-67-6137)

03 事業者向け支援制度を 紹介します 「中小事業者エネルギー 価格高騰対策支援金」

☑ 次の全てに該当する事業者

- 市内に本社と事業所(店舗)がある
- 令和4年12月31日までに開業している
- 令和5年1月~6月の内、**任意の連続する3カ月の電気料金・ガス料金の合計額(対象経費)**が9万円以上である

対象経費	支援金の額
9万円以上15万円未満	3万円
15万円以上24万円未満	5万円
24万円以上	8万円

☑ 10月31日(火)までに申請書(提出先、各支所、市HP
に用意)を支援金受付・相談窓口(市役所本庁3階)に
持参または郵送で商工振興課(〒723-8601 港町三
丁目5番1号)へ



↑市HP

☎ 支援金受付・相談窓口(☎ 080-4672-0443または080-
4672-4015※平日9時~17時。)



みんなの募集情報

人材募集やイベントなど、皆さんの参加を待っています!

市職員
募集

市職員を募集します

【試験日・場所】

第1次試験 ①、④～⑦10月15日(日) 中央公民館
②、③、⑧10月22日(日) 市役所本庁舎

※第2次試験以降の日程などは別途、合格者に通知します。

申 9月20日(水)までに市電子申請システムから
※電子申請システムは市HPからアクセスできます。

【試験要項の配付場所】

市HP、職員課
☎ 職員課

(市役所本庁4階 ☎ 0848-67-6025)



↑市HP

<職種・採用予定数・受験資格>

職種(試験区分)	採用 予定数	受験資格(年齢は、令和6年4月1日現在)		採用 予定日
① 一般事務職 (初級)	若干名	平成14年4月2日～平成18年4月1日生まれの人(18歳～21歳)		令和6年 4月1日
② 一般事務職 (障害者)	若干名	平成5年4月2日～平成18年4月1日生まれの人(18歳～30歳)	※身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳等を持っている人	
③ 一般事務職 (障害者・社会人経験者)	若干名	昭和54年4月1日～平成4年4月2日生まれの人で、社会人経験(公務含む)が5年以上ある人(31歳～45歳)		
④ 言語聴覚士職	1人	平成5年4月2日～平成14年4月1日生まれで、言語聴覚士免許を持っている、または令和6年3月31日までに取得する見込みの人(22歳～30歳)		
⑤ 管理栄養士職 (社会人経験者)	1人	昭和59年4月2日～平成8年4月1日生まれで、管理栄養士免許を持ち、管理栄養士としての職務経験が5年以上ある人(28歳～39歳)		
⑥ 土木技術職 (社会人経験者)	若干名	昭和59年4月2日～平成8年4月1日生まれで、民間企業等での土木技術(設計・施工管理)に係る職務経験が5年以上ある人(28歳～39歳)		
⑦ 消防士職	3人程度	平成8年4月2日～平成18年4月1日生まれの人(18歳～27歳)		
⑧ 育休代替任期付 一般事務職	若干名	年齢不問		

参加者
募集

生活習慣病予防教室

時 ①9月28日(木)②10月4日(水)
※いずれも13時30分～15時30分。

所 大和保健福祉センター

内 ①医師による生活習慣病の基本、対策についての教室
②健康運動指導士による生活習慣病予防の運動、管理栄養士による食事についての教室

申 9月27日(水)までに大和保健福祉センター
(☎ 0847-34-0960 ☎ 0847-34-0299)へ



ボランティア
募集

三原浮城まつりの ボランティア募集

時 11月5日(日)

所 三原駅周辺

内 甲冑練歩きへの参加、誘導、後片付けなど※昼食付き。

所 高校生以上

定 20人

申 9月29日(金)までに応募用紙(提出先HPに用意)を三原観光協会(☎ 0848-67-5877)へ



↑三原観光
協会HP



受講生募集

スポーツ教室の受講生を追加募集

所 問 リージョンプラザ(☎ 0848-64-7555)
 申 受講料と保険料を持参し、リージョンプラザ総合受付へ
【申込時間】9時～18時
【保険料】1,850円、65歳以上1,200円、中学生以下800円

※令和5年度のスポーツ教室受講生は保険料不要。
 ※申込後は、受講料・保険料の返金はありません。
 ※用具などの購入が必要な場合があります。
 ※日時を変更する場合があります。

教室番号	教室名	開講日	曜日	時間	対象	追加募集	受講料(半期分)	
1	小学生1・2年1	10/5	木	15:40～16:30	小学1・2年生	4人	8,500円	
4	小学生1・2年3	10/7	土	15:40～16:30	小学1・2年生	5人		
6	モーニング1	10/2	月	10:00～11:15	大人	8人		
7	モーニング2	10/6	金	10:00～11:15		4人		
8	ナイト	10/4	水	18:45～20:00		20人		
9	水中エクササイズ	10/4	水	10:00～11:15		8人		
10	のんびり1	10/2	月	12:00～13:15		20人		
11	のんびり2	10/5	木	11:45～13:00		25人		
12	ひまわり	10/4	水	16:30～17:20		障害者手帳を所持する幼児以上と介助者	9組	8,000円
13	幼児1	10/2	月	15:40～16:30	平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの子	18人		
14	幼児2	10/6	金	15:40～16:30		8人		
15	親子	10/4	水	12:40～13:30	平成30年4月2日～令和2年4月1日生まれの子と親	17組	8,500円	
16	モーニング	10/3	火	9:15～11:30	大人	2人	7,500円	
17	卓球(硬式&ラージ)	アフタヌーン	10/6	金		13:15～15:30	5人	5,200円
18	ナイト	10/4	水	18:30～20:45	小学4年生以上	12人	小・中学生6,000円 高校生以上8,000円	
21	バドミントン	ナイト	10/4	水	18:30～20:30	高校生以上	7人	8,500円
22	ビーチボールバレー	モーニング	10/6	金	9:30～11:45	大人	9人	4,900円
23		アフタヌーン	10/2	月	13:30～15:45		16人	5,700円
24		ナイト	10/6	金	19:30～21:15		14人	4,200円
26	体操	シェイプアップ3B2	10/5	木	19:00～20:30	大人(女性)	20人	6,500円
27		新体操	10/6	金	18:00～19:30	小学1～6年生(女兒)	5人	3,500円
29		3Bジュニア	10/4	水	17:00～18:30	幼児～小学6年生 ※保護者の参加も可。	18人	5,000円 ※保護者参加の場合は2人で6,500円。
31		男性のストレッチ3B	10/16	月	15:30～17:00	大人(男性)	14人	5,700円
32	ソフトバレーボール・ナイト	10/7	土	19:00～21:00	高校生以上	6人		

参加者募集

「ケガを防ぐ」トレーナーワークショップ 参加者募集

内 サンフレッチェ広島のトップチームのトレーナー栗山 渉さんによるケガを予防するトレーニング法や体の使い方を学ぶ講習会を開催します。

時 24日(日)10時～11時30分

所 武道館

対 小中学生にスポーツを指導する人

定 60人

用 動きやすい服装、体育館シューズ、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル

申 20日(水)までに申込フォームから

問 スポーツ振興課(☎ 0848-64-7219)



↑栗山 渉さん

©2023.S.FC

申込フォーム➡



候補者
募集

男女共同参画社会づくり表彰の候補者を募集します

対 男女共同参画社会を推進する個人・団体・事業者など
※自薦・他薦は問いません。

申 29日(金)までに応募用紙(提出先、市印に用意)を持
参、郵送(必着)、ファクスまたはEメールで人権推進課
(〒723-8601港町三丁目5番1号 TEL 0848-67-6044
FAX 0848-64-4103 Eメール:jinken@city.mihara.
hiroshima.jp)へ



↑市印

受講生
募集

男性の育児参画を考えよう オンラインセミナーを開催

男性の育児や育児休業を取り巻く状況を踏まえ、父親
であることを楽しむことについてのセミナーです。

時 26日(火)14時~15時30分
【演題】ファザーリングのすすめ
~男性育休はボウリング
の1番ピン~

【講師】NPO法人ファザーリ
ング・ジャパン 中国 代表理事
片元 彰さん・友紀さん夫妻
※オンライン会議のアプリケ
ーションTeamsを使用します。



↑片元 彰さん・友紀さん
夫妻

定 100人
申 21日(木)までに申込フォームから
問 人権推進課(TEL 0848-67-6044)



↑申込
フォーム

くらしの無料相談窓口

相談の種類	とき	ところ	申し込み・問い合わせ先
心配ごと相談	29日を除く毎週金曜日	13時~16時	サン・シープラザ4階 社会福祉協議会・各地域センター TEL 0848-63-0570
	14日(木)・28日(木)		本郷保健福祉センター TEL 0848-86-3607
	6日(水)・20日(水)・10月4日(水)	9時~12時	久井保健福祉センター TEL 0847-32-7101
	15日(金)		大和人権文化センター TEL 0847-33-1308
児童虐待通告窓口	毎日	24時間	【電話相談】こども安心課 TEL 0848-67-6088
弁護士法律相談 ※要予約。	①15日(金) ②22日(金) ※受け付けは5日(火)8時30分から。	13時~16時	①中央公民館 ②久井保健福祉センター 生活環境課 TEL 0848-67-6179
消費生活相談	18日を除く毎週月~金曜日	9時~12時、 13時~16時	市役所本庁3階 ※電話相談も可。 消費生活センター TEL 0848-67-6410
消費生活巡回相談 ※要予約。	15日(金)・22日(金)・29日(金)	14時~16時	本郷・久井・大和支所
障害者なんでも相談 ※要予約。	25日(月)	14時~16時	本郷保健福祉センター 地域生活支援センターさ・ポート TEL 0848-62-1736
	27日(水)	10時~12時	久井保健福祉センター FAX 0848-62-1737
自立サポート相談	18日を除く毎週月~金曜日	8時30分~17時15分	サン・シープラザ4階 自立相談支援センターみはら TEL 0848-67-4568
家庭児童相談	18日を除く毎週月~金曜日	9時~17時	市役所本庁2階 家庭児童相談 TEL 0848-61-0121
不登校などに関する 悩み相談	18日を除く毎週月~金曜日	9時~16時30分	リージョンプラザ2階 ※電話相談も可。 三原ふれあい相談室 TEL 0848-64-7201
学校生活の悩み・ 体罰などの相談	18日を除く毎週月~金曜日	8時30分~17時15分	【電話相談】三原子どもサポートダイヤル TEL 0848-67-6173 ※時間外は留守番電話で対応。
人権相談	14日(木)	13時~16時	サン・シープラザ4階 人権推進課 TEL 0848-67-6044
	18日を除く毎週月~金曜日	10時~16時	市役所本庁3階 人権文化センター TEL 0848-66-1111
			本郷人権文化センター TEL 0848-86-3333
			大和人権文化センター TEL 0847-33-1308
		8時30分~17時15分	【電話相談】法務局常設電話相談所 TEL 0570-003-110
女性相談 (DVや家庭不和など)	18日を除く毎週月~金曜日	9時30分~16時	市役所本庁2階 ※電話相談も可。 女性相談室 TEL 0848-61-0122
行政相談	11日(月)	13時~16時	サン・シープラザ4階 社会福祉協議会 TEL 0848-63-0570
不動産相談	15日(金)	10時~15時	
戦没者遺族相談	7日(木)・21日(木)	13時~16時	

伝えたい!
届けたい!

子育て通信

Vol.12

プレパママ&パママのための子育てに役立つ情報を紹介!

市の最新の子育て情報を掲載している「みはら子育てねっと」もあわせてチェック!



こどもおしごとチャレンジ

参加して将来の夢を見つけよう!
プロに教わって楽しく仕事を体験!

「しごとは、たのしいからはじまる。」をキャッチフレーズに、小学生を対象とした仕事や職業に関する学びや体験を提供する取り組みがスタートしました。さまざまな仕事や職業に就いている人を講師として迎え、体験型のイベントを毎週開催します。こどもたちにとって「楽しい」体験が満載です。

児童館「ラフラブ」前に
FUNスポットが登場! 映像などで
おしごとを知ることができるよ!



7月23日に開かれた第1回目のイベントでは、スイーツ開発者やフラワーデザイナーなどの体験講座を開催。プロに教わりながら、スイーツ作りやフラワーアートなどに挑戦しました。



インフォメーション

こどもおしごとチャレンジ
仕事体験講座やオンライン講座への参加については市HPを確認してください。
☎ 子育て支援課
(TEL 0848-67-6079)



↑市HP

参加者の声

「お花が好きで興味があったので参加しました。先生の説明が分かりやすく、自分で飾り付けを考えるのは楽しかったです。他の講座にも参加してみたいです。」

大山 菜奈美さん(小学4年生)



「自分で考えながら作ることが楽しくて、おいしくできたので頑張ったかいがありました。将来はものづくりに携わる仕事に就きたいです。」

福元 旗一郎くん(小学5年生)

こどもおしごとチャレンジ小学生募集中

参加無料

年間を通してさまざまな仕事・職業の体験講座を開催しています。☎ 子育て支援課(TEL 0848-67-6079)



仕事体験講座

所 ペアシティ三原西館 ほか
内 仕事の紹介、体験など
申 9月18日(月・祝)17時までに専用ページからまたは(株)MCAT(TEL 0848-63-8600)へ
※申し込み多数の場合は抽選。

専用ページ→



エステティシャン

時 10月1日(日)①10時~11時②11時30分~12時30分 対 小学3~6年生 定 ①②各10人

ライター(広告会社)

時 10月14日(土)14時~16時 所 取材先店舗ほか 対 小学4~6年生 定 10人

こども英会話教室講師

時 10月1日(日)①10時~11時②11時30分~12時30分 対 小学4~6年生 定 ①②各15人

ネイリスト 保育士

時 10月21日(土)①13時30分~14時30分②15時~16時 対 小学3~6年生 定 ①②各職種15人

レザークラフト作家 ホテルサービススタッフ

時 10月8日(日)①10時~11時②11時30分~12時30分 対 小学3~6年生 定 ①②各職種15人

紅茶教室講師 こどもダンススクール講師

時 10月29日(日)①13時30分~14時30分②15時~16時 対 小学3~6年生 定 ①②各職種10~15人



子育て応援インフォメーション



「学びのテーマパークin みはら」を開催します

小学生を対象にさまざまな“学び”に触れ合える体験学習イベント「学びのテーマパークinみはら」を開催します。全7コースの中から、希望のコースを選んで参加できます。

時 10月22日(日)10時～11時40分、13時～14時40分

所 中央公民館

対 小学1～6年生

※詳しくは市HPで確認してください。

申 9月22日(金)までに市HPにある申し込みフォームから

問 生涯学習課 TEL 0848-67-6147



市HP →



子どもの発達について相談できます

市の子ども発達総合相談室では、保健師や臨床心理士、言語聴覚士などが相談に応じています。子どもの言葉や行動などについて、心配なことがある場合は気軽に相談してください。

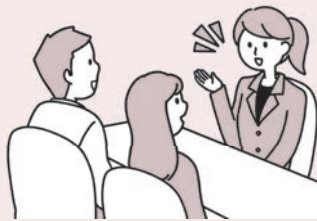
時 18日を除く毎週月～金曜日9時～17時

所 サン・シープラザ3階または子ども安心課(市役所本庁2階)

対 18歳未満の子と保護者

申 子ども安心課 TEL 0848-67-6359

FAX 0848-67-5934)



祝日の小児科救急当番医院

時 18日(月)・23日(土)8時30分～17時30分
所 三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目 TEL 0848-62-3113)

※事前に診療時間内に電話連絡してください。

子どもおしごとチャレンジ FUNオンライン

社会に出てから役立つ知識などを学べるオンライン講座を毎月開催しています。

時 22日(金)17時～18時※後日録画視聴もできます。録画視聴を希望の人も申し込みが必要です。

【テーマ】ビジネスを学ぶ!

対 小学3～6年生

申 19日(火)17時までに専用ページの申込フォームから、または(株)バリューズフュージョン TEL 050-3137-0728)へ

問 子育て支援課 TEL 0848-67-6079 FAX 0848-67-5934)

専用ページ →



子育て世代の悩みを解決!

すくすくの催し

母乳相談・ごはん相談などを定例開催
詳しくはこちらから



←市HP

いつでも悩み相談OK!

TEL 0848-67-6217

メールでも受け付けています。

ペアシティ三原
西館2階

児童館



↑市HP

茶のこころ

時 16日(土)10時30分～11時10分 所 サン・シープラザ4階 内 お茶のお点前 対 小学生 定 10人(要申し込み) ¥300円 用 ハンカチなど

ファミサポ交流イベント「お月見イベント」

時 18日(月・祝)10時30分～11時30分 内 ミニ製作やファミサポの制度紹介など 対 ファミサポの依頼会員またはファミサポに関心がある人 定 10組(要申し込み) ¥50円

ちょこっとteens

時 18日(月・祝)14時～14時30分 内 読み語り、製作など 対 保護者と0～5歳児

ママチャレンジ

時 25日(月)10時30分～11時30分 所 サン・シープラザ4階 内 ダンス 対 18歳までの子の母親※託児あり。 定 10人(要申し込み) 用 室内シューズ、タオル

申し込みは6日(水)から TEL FAX 兼用0848-67-1123 休館日 毎週火曜日 開館時間 10時～19時

子育てひとことコラム

保健師:平本伸子

テーマ

子どもの睡眠について



子どもの成長に睡眠は大切です

子どもの心と体の成長や健康に欠かせないホルモンは、夜寝ている間に多く分泌されます。例えば、骨や筋肉の発育を助ける成長ホルモンは夜の深い眠りのときに分泌され、眠りを促し、規則正しい生活リズムを作るために必要なメラトニンは、夜暗くなると分泌されます。



睡眠リズムを整えるためのポイント

睡眠リズムを整えるためには、起床時刻と就寝時刻をできるだけ一定にする、朝起きたら日光を浴びる、就寝前は部屋を暗くしてリラックスクスできる雰囲気を作ることがポイントです。大人も子どもの生活リズムに合わせることで、家族みんなの健康にもつながります。

子ども安心課 TEL 0848-67-6061
FAX 0848-67-5934



なんでも掲示板

Anything information

お知らせ、イベント、募集、制度など、生活に関する情報をお伝えしました。

敬老優待乗車証制度

敬老優待乗車証を提示すると、1乗車につき100円で市内を運行する路線バスに乗車できます。

対 市内に住所がある70歳以上の人
用 運転免許証や健康保険証などの本人確認ができる物

申 高齢者福祉課(TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)または各支所の地域振興課へ

一日総合相談室

時 10月3日(火)13時30分～16時30分
所 中央公民館

内 相続・登記・民事調停・人権・マンション・労働保険・消費者問題についての相談など

※申し込み不要。

料 無料

問 生活環境課(TEL 0848-67-6179)



↑市HP

若者の発達相談ができます

市では、保健師や臨床心理士が若者の発達相談に応じています。心配ごとがある場合は年齢に関係なく誰でも気軽に相談してください。

時 13日(水)・28日(木)※いずれも9時～17時。

所 **申** 保健福祉課(市役所本庁1階 TEL 0848-67-6053 FAX 0848-64-2130)



やさしい精神保健福祉講座

時 ①9日(土)②15日(金)③28日(木) ※いずれも13時30分～15時15分。

所 リージョンプラザ南館2階

内 ①思春期のメンタルヘルス②うつ病について③統合失調症について

定 40人

申 7日(木)までに保健福祉課(TEL 0848-67-6053)へ



↑市HP

人と動物のより良い関係を 20日(水)～26日(火)は動物愛護週間

ペットは大切な家族です。愛情と責任を持って正しく飼いましょう。

●犬は物理的に逃げ出せない状態にし、猫は屋内で飼う

●繁殖を望まないときは、避妊・去勢手術を行う

●犬は登録と年1回の狂犬病予防注射を受け、死亡した場合は届け出る

●ペットでない動物への無責任な餌やりは行わない

問 生活環境課(TEL 0848-67-6179)



↑市HP



世界アルツハイマーデーにちなみ 本庁舎をオレンジライトアップ

21日は「世界アルツハイマーデー」です。アルツハイマー病などに関する理解を深め、認知症の人と家族に援助と希望をもたらすことを目的としています。市はこの趣旨に賛同し、啓発のため本庁舎をオレンジにライトアップします。

時 15日(金)～21日(木)19時～22時

所 市役所本庁舎

問 高齢者福祉課(TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)

手話言語の国際デーに合わせて 本庁舎をブルーライトアップ

23日は「手話言語の国際デー」です。手話言語が音声言語と対等であることを認め、ろう者の人権が完全に保証されるよう国連総会で決議されてから6年目になります。市はこの趣旨に賛同し、啓発のため本庁舎をブルーにライトアップします。

時 23日(土・祝)19時～22時

所 市役所本庁舎

問 障害者福祉課(TEL 0848-67-6060 FAX 0848-64-2130)

10日(日)～16日(土)は自殺予防週間 「悩みや気持ちを聞かせてください」

9月は「自殺予防週間」です。LINEやチャットでも相談ができます。

【相談窓口】①よりそいホットライン(フリーダイヤル0120-279-338)②インターネットで「厚生労働省SNS相談」と検索
問 保健福祉課(TEL 0848-67-6053 FAX 0848-64-2130)

秋の全国交通安全運動が始まります

21日(木)～30日(土)は秋の全国交通安全運動の期間です。次の取り組み内容を守りみんなで交通事故を無くしましょう。

【取組内容】

- 歩行者の安全の確保
- 夕方や夜間の歩行者事故などの防止と飲酒運転の根絶
- 自転車の交通ルールの順守・徹底
- 高速道路での交通事故防止

【秋の全国交通安全運動開始式】

時 21日(木)10時～11時30分

所 大和認定こども園周辺

内 交通安全教室、交通安全パレードなど

※詳しくは市HPで確認してください。

問 生活環境課(TEL 0848-67-6179)



↑市HP

住宅・土地統計調査に協力を

時 10月中旬まで

内 市内の約3,000世帯

【調査方法】調査員が戸別訪問し、調査票を配布

※調査員は、顔写真付きの身分証明書を必ず携帯しています。

※インターネットや返信用封筒での回答も可能です。

問 総務課(TEL 0848-67-6022)



↑市HP

三原やっさ踊り振興協議会 公開踊り練習

時 12日(火)18時30分から

所 ペアシティ三原西館2階

問 観光課(TEL 0848-67-6014 FAX 0848-64-4103)

第11回新県美展(第75回広島県美術展)の出品作品募集

【受付日時】10月18日(水)絵画系・工芸系・デザイン系、11月15日(水)彫塑系・写真系・書系※いずれも10時～16時。

【受付場所】リージョンプラザ

甲 作品と出品料(送料を含む)、出品申込書(文化課、市民ギャラリー、リージョンプラザ、各支所、中央公民館、市HPなどに用意)を持参。

問 文化課(TEL 0848-64-9234)



↑市HP

自衛官候補生などを募集

【区分】①自衛官候補生(男子)②防衛医科大学校生(看護学科学生、医学科学生)③防衛大学校学生④医科・歯科幹部

対 ①18～32歳②③18～20歳(自衛官は22歳まで)④医師・歯科医師の免許取得者

※②③高卒者または高専3年次修了者。いずれも見込みを含む。

※詳しくは自衛隊HPで確認してください。

【応募期間】①9月26日(火)～10月25日(水)②10月4日(水)(医学科学生は10月11日(水))まで③10月18日(水)④10月26日(木)

問 自衛隊広島地方協力本部尾道出張所(TEL 0848-22-6942)



↑自衛隊HP

男性の料理教室

時 21日(木)10時～13時

所 サン・シープラザ3階

対 65歳以上で一人暮らし、または介護をしている男性

定 20人

¥300円

申 14日(木)までに社会福祉協議会(TEL 0848-63-0570)へ

家族のつどい

時 29日(金)13時30分～15時30分

所 甲 27日(水)までに本郷保健福祉センター(TEL 0848-86-3609 FAX 0848-86-6820)へ

対 講師による講話、座談会、相談会

【演題／講師】本人の将来の生活に向けて、今家族にできること／やさ工房にしまち施設長 苅山和生さん

対 こころの病や課題を抱える人の家族

市営住宅の入居者募集

対 久井(市単独住宅を除く)・大和地区の住宅、小西北住宅(高齢者向けのみ)、本佐木住宅※詳しくは同グループHPまたは19日(火)から申込場所、市役所本庁1階総合案内コーナー、各支所で配布する資料で確認してください。

甲 問 19日(火)～29日(金)に三原市営住宅管理グループ窓口(宮沖四丁目TEL 0848-62-1800)または同グループHPにある申し込みフォームから
※窓口は、8時30分～17時30分、電子申請は随時。19日(火)は8時30分から、29日(金)は17時30分まで。

※申し込み多数の場合は抽選。

※連帯保証人の確保は不要です。

三原市営住宅管理グループHP



放送大学の入学生募集

放送大学では10月からの入学生を募集しています。授業科目は約300科目あり、1科目から学ぶことができます。

【申込期限】9月12日(火)まで

甲 問 放送大学福山サテライトスペース(TEL 084-991-2011)

ふれあい障害者合同面接会を開催します

時 10月5日(木)13時～16時

所 福山ニューキャッスルホテル

対 障害のある人を対象とした就職面接会(申し込み不要)

問 ハローワーク三原(三原公共職業安定所)職業紹介部門(TEL 0848-64-8609 FAX 0848-62-0134)

「8020」いい歯の表彰者を募集

市内在住の80歳以上で20本以上の歯(入れ歯を除く)があり、過去に表彰を受けたことがない人を募集します。※16日(土)までに市内の歯科医院で診査・推薦を受けてください。

※表彰式は代表者のみ行います。

問 高齢者福祉課(TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)



中小企業優良従業員表彰の候補者を募集

対 市内の中小企業の従業員として10年以上勤務し、勤勉で他の模範と認められる人

甲 29日(金)までに推薦書を商工振興課・商工会議所・臨空商工会のいずれかへ
※推薦方法など詳しくは、市HPで確認してください。

問 商工振興課(TEL 0848-67-6072)



↑市HP

消費生活の心得

●消費生活センター●

! 困ったときは、消費者ホットライン(TEL 188)または、市消費生活センター(TEL 0848-67-6410)に相談してください。

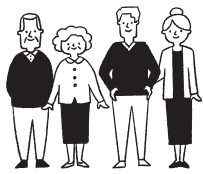
これって解約できますか? 契約での注意点!

エステ店や習い事の教室などが該当する、「1年12回コース」といった長期間にわたってサービスを受ける契約をする時は、「契約後に自分と合っていないかった」、「事情が変わって通えなくなった」など、途中で解約せざるを得ない状況になるかもしれません。解約条件をよく確認しておきましょう。

●一定の条件を満たせば、クーリングオフや中途解約ができます

契約金額が5万円を超え、かつ一定の期間を超えるエステや語学教室などの契約は、契約書面の受領から8日間はクーリングオフにより解約ができます。また、契約期間内であれば理由を問わず、一定の違約金を支払って中途解約ができます。

人権標語 いじめた後の自分の心 まるで深海 (小学6年生)



健康ひろば

Health information

9月

楽しく健康に暮らすための情報&アドバイスを紹介。

こころの健康相談

【広島ひきこもり相談支援センター(東部センター)による相談】

時 22日(金)13時30分～15時30分

所 大和保健福祉センター

対 おおむね18歳以上の人

定 1人

申 14日(木)までに大和保健福祉センター(TEL 0847-34-0960)へ

【臨床心理士による相談】

時 ①9月28日(木)②10月5日(木)

※いずれも10時～12時。

所 サン・シープラザ3階

対 児童・生徒などとその保護者

定 各1人(要申し込み)

申 ①9月20日(水)②9月27日(水)までに保健福祉課(TEL 0848-67-6053)へ

精神保健福祉相談

時 20日(水)13時30分～15時30分

所 県東部建設事務所三原支所(円一町二丁目)

内 精神科医師による相談

申 12日(火)までに県東部保健所(TEL 0848-25-4640)へ

薬局で糖尿病リスク測定ができます

実施薬局(9月)	申し込み先
なの花薬局セトピア店	TEL 0848-64-5965
モリオ薬局	TEL 0848-61-1193
ほのか薬局	TEL 0848-81-0585

実施薬局(令和6年3月末まで)	申し込み先
イオン薬局三原店	TEL 0848-61-3866
三原薬剤師会センター薬局	TEL 0848-64-8079
センター薬局日赤前店	TEL 0848-81-0577
玉浦薬局	TEL 0848-63-2115
ときわ薬局	TEL 0848-62-2953
ときわ薬局宮沖店	TEL 0848-67-4774
なのはな薬局	TEL 0848-60-9210
平井薬局	TEL 0848-63-9066

内 血糖値の自己測定、薬剤師による結果説明と指導 対 20歳以上で健康診査を受診していない人(要申し込み)

料 無料(年度に1回まで)

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6053)

FAX 0848-64-2130)

献血に協力を

時 ①21日(木)9時30分～11時30分
②30日(土)10時～12時、13時30分～16時

所 ①三原商工会議所(皆実四丁目)
②イオン三原店(城町二丁目)

申 事前予約も可※詳しくは日本赤十字社 県または県赤十字血液センター(TEL 0120-150-554)へ。

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6234) 日本赤十字社



こころの相談室「ここケア」

時 毎週火・水曜日9時～18時30分

所 申 カウンセリングルームここケア(西町一丁目TEL 0848-62-2500)

内 臨床心理士による相談

対 精神科に通院していない人と家族(要申し込み)

料 3回まで無料

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6053)

フレイルを 予防しよう!

テーマ

筋力の低下を 防ぎましょう



フレイルチェックを市にも開設しています↑

保健福祉課 TEL 0848-67-6053

FAX 0848-64-2130



ウォーキング^{プラス}+少しの筋トレ!

フレイルの大きな原因の一つが筋肉の衰えです。定期的な運動で筋力を維持することが大切です。

オススメは①椅子スクワット(手を使わず椅子から「立つ」「座る」の動作をゆっくり10～20回繰り返す)②かかとの上げ下ろし(左右のかかを同時にゆっくり10～20回上げ下げする)。適度な運動を継続して、フレイルを予防しましょう。

認知症 チェック



↑市HP

認知症の症状を簡単にチェックできます。

障害について 考えてみませんか



障害については市にも掲載しています↑

障害者福祉課

TEL 0848-67-6060 FAX 0848-64-2130

第6回 高次脳機能障害

高次脳機能障害とは

脳卒中などの病気や交通事故などで脳の一部を損傷し、脳機能に障害が起きた状態です。記憶障害や、感情をコントロールしたり相手の気持ちを理解したりすることが難しくなるなど認知面に問題が起これば日常生活に困難が生じます。

こんな配慮が必要です

症状を自認できないこともあるのが特徴です。できていたことができなくなったり、感情のコントロールができないことを元々の性格だと誤解されたり、本人や家族も悩みを抱えています。何より周囲の理解が大切です。

8月16日

文化課
(TEL) 0848-64-9234

ちんこんかん合同奉納が復活

恵みの雨を願うちんこんかん合同奉納が、おんすまがじんじや大須賀神社(新倉)で行われました。今年は「小坂チンコンカン踊り」、「宗郷町太鼓踊り」、「八ツ頭チコカン踊り」の3団体が参加。各チームの子どもたちは大太鼓や小太鼓、鉦の音に合わせ、力強い太鼓踊りを披露しました。



▲迫力ある太鼓踊りを披露



▲左上/八ツ頭チコカン踊り
右上/小坂チンコンカン踊り

◀宗郷町太鼓踊り

7月25日~27日

文化課
(TEL) 0848-64-9234

マスキングテープでやさ祭りを盛り上げる

マスキングテープを使った市民参加型イベント「みはらはる」が、市民ギャラリーで行われました。今回のテーマは「やさ祭り」で、小学生~高校生とその保護者、延べ35人が参加。子どもたちはさまざまな色や柄のマスキングテープをちぎって、貼って、思い思いに祭りに関連した作品を作りました。

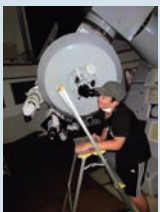
▶左/作品は市民ギャラリー多目的ホールに設置
右/楽しみながら、集中して制作に取り組む子どもたち



8月13日

宇根山活性化グループ
(TEL) 080-8230-8701

満天の星を楽しむ!ペルセウス座流星群観望会



▲大型反射望遠鏡で星を観察

三大流星群の一つに数えられる「ペルセウス座流星群」の観測と、プラネタリウムでの流星や彗星の動きを学ぶ「ペルセウス座流星群観望会」が宇根山天文台で開催されました。当日は、123人が参加。子どもたちは、食い入るように夜空を眺め、流星群を間近に体験しました。

8月11日~13日

観光課
(TEL) 0848-67-6014

やさ祭りが完全復活



▲子どもやさ大賞に選ばれた「たのうらキッズ」の子どもたち

三原の夏の風物詩・やさ祭りが4年ぶりに通常開催され、3日間で約5万人が訪れました。11日・12日のやさ踊りには60チームが参加し、日頃の練習の成果を披露したほか、屋台なども復活。最終日には7,300発の花火が夜空に乱れ咲くなど、三原らしい夏のにぎわいが戻ってきました。

8月8日

豊漁を願いタコ供養を開催



タコとその餌の霊を慰め、瀬戸内海に感謝する「第28回タコ供養」が松寿寺(東町)で開かれました。当日は三原観光協会や漁業関係者に加え、地元小学生も参列。参列者らは「蛸之霊」と書かれた位牌いはいに向かい、不漁が続くタコの豊漁と消費需要の拡大を祈願しました。

7月22日

4年ぶりの開催!沼田本郷夏まつり



沼田本郷夏まつりが4年ぶりに開かれました。当日は本郷小学校6年生による自作の段ボール甲冑かぶつちうを着た「甲冑行列」や、本郷西小学校児童による「子どもみこし」などが行われたほか、メイン会場ではダンスやバンド演奏なども披露され、フィナーレには2,023発の花火が夜空を彩りました。



まちの「いいところ」を
「#ぐっとみはら」を
つけて投稿しよう!

あの戦国大名も涼を取った!?

30m・幅約4mの巨大な滝が目
の前に現れました。

「残暑を逃れて、少しでも涼
しく過ごしたい!」と思い、戦
国大名毛利元就も涼を取った
とされる本郷町船木の「瀑雪の
滝」に行ってきました。

涼を求めて名所 「瀑雪の滝」へ



記事を担当した
編集部長
くら

Instagramを
チェック!



市内のグルメ・スポット・
イベント情報を発信中!



「残暑を逃れて、少しでも涼
しく過ごしたい!」と思い、戦
国大名毛利元就も涼を取った
とされる本郷町船木の「瀑雪の
滝」に行ってきました。

人々を癒す 自然のミスト

マンションの10階に相当す
る高さから「ザーザー」と音を
立て、水が勢いよく滝つぼに流
れ落ちる光景に圧倒されると
同時に、滝からあふれ出る天然
のミストシャワーを浴び、しば
しクールダウン。ぼんやりと滝
を眺めていると小さな虹を発
見し、心もほっこりできた瞬間
でした。

ぐっとみはら
編集部とは?

市民や市にかかわる人た
ちが集まり活動するまちの
広報チームです。三原の魅力
を発掘・発信しています!

まちびとライター



西本さん 横田さん

「このまちが好き!」まちびとライターが行く

三原の盛り人

(最終回)

地域を盛り上げている人や、祭りなどの伝統行事を守り続けている人たちの思いを伝えます。



年4回ほど、片側2kmに及ぶ山道の
草刈りを行なっている



落ち葉拾いの後は、落ち葉を燃や
して作る焼き芋やピザを楽しむ

「三原市公式note」
で記事掲載中!



令和5年4月からは宇根山
活性化グループの一員として
宇根山家族旅行村や天文台の
指定管理者としても活動して
います。市内外から訪れてもら
えるように、宇根山全体の景観
を維持する活動を続けている
ほか、地元で採れた野菜や地域
で作ったお餅などの特産品の
販売も始めています。多くの
人が集まり楽しんでもらえる場
所にしていきます。

今後の活動内容について教えてください。



今回の盛り人

NPO法人宇根山

代表
玉浦清司さん

有志で行なっていた宇根山
の環境整備活動を広げるため
に平成29年に会を設立し、現在
42人で活動しています。宇根山
全体の清掃活動や久井岩海の
環境整備、岩海の成り立ちや地
図を載せたパンフレットの制
作・配布などを実施しています。
毎年12月には岩海で落ち葉拾
いのイベントも開催し、落ち葉
を燃やして作る焼き芋などを
ふるまっています。

活動内容を教えてください。

市長 × 道路

市民の安全安心、市の発展のための道路行政を



道路は私たちの生活に欠かせないものです。この道路を完全に維持管理することは、極めて重要な行政の仕事と考えています。

車や自転車、徒歩など、交通手段によって、道路の見える範囲は異なります。市民と市長の対話会「みらいトーク」で、ある高校生が、下校時に感じている危険箇所についての話を聞かせてくれました。通学路は、関係機関が協力して安全対策を行なっていますが、引き続きしっかりと取り組むべきだと感じました。

また、三原の未来の発展をめざした道路行政の推進も重要です。令和3年の木原道路開通後、渋滞解消をはじめ、交流人口の拡大や災害対応力の強化などさまざまな効果が確認されました。

次に取り組むべきは、新倉町ランプ以西の福山本郷道路の整備です。新倉町ランプ西側の2号線は、朝夕に慢性的な渋滞が続いており、この道路整備に

よって渋滞解消だけでなく、中心市街地と広島空港などへのアクセスの改善も期待されています。整備に向けて国、県、市による勉強会が開かれ、現状の課題や必要性などについての議論がスタートしました。また、国への要望活動を加速するために、市、市議会、経済団体で構成する「期成同盟会」も設立しました。道路整備には、長い時間がかかりますが、市の未来を見据えて、着々と前進できるように取り組んでいきたいと思います。



▲期成同盟会設立総会で意見交換を実施



こちら三原市消防本部!



▲市HP

☎ 消防本部 (☎ 0848-64-5910)



9月9日は救急の日!



増加する救急要請!
本当に救急車が必要?

いざという時の緊急連絡

子どものけがや病気に
関する相談
小児救急医療電話相談
(#8000)
時 19時～翌8時

FAX での緊急通報も
できます
(119番)

いつもと様子が違う、
おかしい場合は
迷わず119を!

もしものときの
救急車利用
マニュアル▶



インターンの高校生が取材! (総合技術高校2年 安藤さん、飯田さん) 救急車に乗車体験!



車内には約100種類の救命処置のための資器材があり、その中で最も使用するのが持ち運べるベッド「ストレッチャー」です。体重159kgの人まで運べるそう。実際に乗ってみると少し高さがありますが、隊員が優しく声を掛けてくれるので安心できました。



全国的にも、市でも、救急要請件数が増加傾向です。近年、軽症でも救急車を利用する人が増えており、一刻を争う傷病者の搬送に遅れが生じることがあります。119番通報する前に、自家用車やタクシーなどの利用を考えてみてください。

救急車を本当に必要としている人のため、ご理解とご協力をお願いします。ただし、命に関わる症状の場合は迷わず通報しましょう。



EVENT information

行事 & イベント情報

EVENT

STAGE

ART

MUSIC

GOURMET

etc...

三原のイベントを探すならココ!

イベント情報集約サイト
「みはらイベントバコ」市内でのイベントが満載!
ぜひチェックしてください。↑みはら
イベントバコ秦森康屯
「男鹿風景」9/20(水)
11/12(日) はたもりこうとん
秦森康屯生誕100年事業
絵画の散歩道

小坂町出身の画家・秦森康屯の生誕100年記念事業を開催します。第1弾は、街を歩きながら市内12カ所で康屯の作品を鑑賞する「絵画の散歩道」です。開催日時など、詳しくは市HPで確認してください。

所 市内の公共施設や店舗12カ所(幾野弘酒舗、(株)勝村商店、しまなみ信用金庫3・4階常設ギャラリー、BAR CARLTON、ますだたばこ店、(有)ヤッサ饅頭本舗、吉原写場、中央公民館、中央図書館、歴史民俗資料館、(一社)三原観光協会うきしろロビー、市役所本庁舎)

問 文化課(TEL) 0848-64-9234



市HP →

9/18
(月・祝)リージョンプラザ映画のつどい
「劇場版TOKYO MER
走る緊急救命室」

オペ室搭載の大型車両・ERカーで事故や災害現場に駆け付ける救命医療チームの活躍を描いた物語です。

所 リージョンプラザ(TEL) 0848-64-7555

時 ①10時30分~12時40分 ②13時30分~15時40分

料 ¥1,800(1,500)円、大学生・専門学生1,500(1,300)円、3歳~高校生1,000(800)円、60歳以上1,200円

※()内は割引券利用の料金。障害者手帳を提示した人は1,000円。

【割引券付チラシ設置場所】
リージョンプラザ、うきしろロビー ほか©2023劇場版「TOKYO MER」
製作委員会スマホ教室
(総務省 デジタル活用支援推進事業)

要申し込み

携帯電話の販売店で、スマホ教室が開催されます。
※開催日時や予約は申込先へ。

会場・申込先	電話番号
ソフトバンクイオン三原(城町二丁目)	TEL 0848-62-9133
ソフトバンク三原宮浦(宮浦六丁目)	TEL 0848-63-8118
auショップ三原中央(城町三丁目)	TEL 0800-700-3118
auショップ三原宮浦(宮浦三丁目)	TEL 0800-700-2457
ドコモショップ三原宮浦店(宮浦四丁目)	TEL 0120-015-068

☑ マイナンバーカードの申請方法、マイナポイントの申し込み方法、新型コロナワクチン接種証明書アプリの活用方法など(1講座約1時間)

☑ スマートフォンを持っている人(契約会社は問いません)

¥ 無料

用 スマートフォン、個人番号カード交付申請書、受信可能なメールアドレス

↑デジタル
活用支援HP

要申し込み

小雨決行

9/24
(日)まがいわれいしじぞう
磨崖和霊石地蔵を巡る
「さぎしま一周ウォーク」

穏やかで美しい佐木島の海岸線をウォーキングしながら、県重要文化財の磨崖和霊石地蔵を見学します。

【集合場所】三原港

時 8時50分集合 定 30人

料 ¥2,000円(弁当、お茶付き)

※別途高速船代(大人往復1,420円)が必要。

問 さぎしまを愛するボランティアガイド 奥野さん
(TEL) 090-7134-1129

申 20日(水)までに住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記載した用紙を三原観光協会(FAX) 0848-67-5911へ

9/30
(土)

中秋の名月観望会 &しの笛演奏会

中秋の名月観望と、しの笛の演奏を楽しみます。

所 宇根山天文台

時 18時～22時※演奏会は19時から。

問 宇根山活性化グループ(TEL 080-8230-8701)、宇根山天文台(TEL 0847-32-7145)
※開館日のみ。

申し込み不要

入館料 310円、
中学生210円、
小学生100円、
小学生未満無料



↑宇根山家族
旅行村

9/16(土)
~18(月祝)

道の駅 よがんす白竜 リニューアル10周年記念イベント

限定メニューの提供、パンの福袋販売、陶器の特価販売。
毎日先着100人に、道の駅特別記念きっぷをプレゼント!

所 道の駅 よがんす白竜
(TEL 0847-35-3022)

時 10時～15時



公式



9/27(水)
11/26(日)

企画展「～技術さえわたる～ 昭和レトロ道具」開催

所 久井歴史民俗資料館

時 10時～16時※ただし、月曜日(月曜日
が祝日の場合は翌日)は休館。

内 昭和中期～後期に使用された
電卓など、昔の生活道具の展示
問 文化課(TEL 0848-64-9234)

市



10/1
(日)

三原市民登山 「高山・新高山に登ろう」

要申し込み

【集合場所】JR本郷駅

【コース】JR本郷駅～高山～新高山～JR本郷駅

時 9時～15時 内 小学生以上※小・中学生は保護者同伴。

定 70人 料 500円※小・中学生は無料。

申 9月27日(水)までに三原山の会事務局 羽出さん
(TEL 0848-62-8279)へ

10/14
(土)～

要約筆記奉仕員 養成講座

要申し込み

所 サン・シープラザ4階

時 10月14日(土)～令和6年2月24日(土)の毎月第2・4土
曜日(全10回)※いずれも13時～16時。 内 聞き取ることが
難しい人のために、話を要約して文字にして伝える技術
や基礎知識の習得 内 18歳以上 定 10人 料 1,000円
申 9月29日(金)までにボランティア・市民活動サポートセ
ンター(TEL 0848-67-9339 FAX 0848-63-0599)へ

10/1
(日)

インクルーシブ・ スポーツ・フェスタ広島2023 自転車競技体験会

要申し込み

小雨決行

障害の有無に関わらず参加できる自転車競技の体験会です。

所 中央森林公園

時 ①10時～12時②13時～15時 内 小学生
以上で自転車に乗ることができる人 定 各回
20人 内 自転車・ヘルメット※レンタルあり。

申 9月24日(日)までに市



↑市

9/9(土)
・10(日)

三原ゆかた祭り2023

普段着ることが少ない浴衣を着て飲食などを楽しめる
市民参加型のお祭りを開催します。

所 フジグラン三原 北側駐車場

時 11時～21時※10日は18時まで。 内 キッチンカー、
フリーマーケット、ゲーム、ステージイベントなど 問 三
原ゆかた祭り実行委員会(TEL 0848-86-6758)

関連イベント

内 市シティプロモーションに取り組む市内高校生が、祭りの会場で三原を動
画でPRします 時 10日(日)11時～18時 問 広報戦略課(TEL 0848-67-6007)

9/16
(土)

下水道の日ふれあいデー

所 沼田川浄化センター(円一町一丁目)

時 10時～15時※9時40分からやさ太鼓の特別公演を
開催。 内 施設見学、ビデオ上映、パネル展示、微生物の
観察など※アンケートに回答した人
には、先着で肥料などを進呈します。
問 公益財団法人広島県下水道公社三
原支所(TEL 0848-67-6585 FAX 0848-
67-6590)



9/29
(金)

衛生管理基礎セミナー

所 サン・シープラザ4階

時 ①10時30分～12時②13時30分～15時

対 市内で「食」に関わる創業・起業に興味がある人

※無料託児あり。(要申し込み)

申 22日(金)までに申込書(市HPに用意)を株式会社まちづくり三原(TEL 0848-63-5538 FAX 0848-63-8338)へ



↑市HP

9/9
(土)

店舗づくりセミナー

要申し込み

市内で新店舗づくりや店舗改装の実績を多く持つ施工会社サクサクのスタッフによる、店舗づくりについてのいろいろなポイントを紹介するセミナーです。

所 三原駅前スペース サテラス

時 14時～15時30分 【講師】植原公司さん

対 創業に興味のある人、創業予定の人

定 25人 申 5日(火)までにまちづくり三原(TEL 0848-63-5538 FAX 0848-63-8338)へ



↑申込フォーム

生涯学習講座

※各講座とも申し込み先着順です。
受け付けは5日(火)10時から。

講座名	講師	とき	対象	定員	参加費	申込期限	ところ・申込先
美健ヨガ教室	川上 唯	10日(日) 10時～11時	女性 18歳以上	15人	200円	9日(土)	宮浦コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0848-62-7944)
灯台の歴史と役割 【尾道海上保安部】	祐下朋也	15日(金) 14時～15時30分	-	20人	無料	12日(火)	中央公民館(TEL 0848-64-2137 FAX 0848-64-0137)
可憐でやさしい つまみ細工	沖本 千恵子	19日(火)13時30分～15時30分	18歳以上	10人	1,200円	12日(火)	南方コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0848-86-4858)
鉄道ファンのおもしろ雑学	白井利和	21日(木) 10時～11時30分	18歳以上	20人	200円	19日(火)	中央公民館(TEL 0848-64-2137 FAX 0848-64-0137)
簡単! おいしいスイーツ作り	重安公子	25日(月)13時30分～15時30分	18歳以上	12人	1,700円	18日 (月・祝)	久井南コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0847-32-6316)
柿渋染めにチャレンジ (全2回)	宗 八重子	28日(木)、10月5日 (木)13時30分～15時30分	18歳以上	8人	1,000円	20日(水)	くい文化センター(TEL 0847-32-7138 FAX 0847-32-8406)
多肉植物の寄せ植え	前田裕美	28日(木)13時30分～15時30分	18歳以上	12人	1,200円	22日(金)	中之町コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0848-64-4099)
手打ちそば体験	河内勝司	29日(金) 9時30分～13時	18歳以上	14人	1,000円	19日(火)	須波コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0848-67-0512)
生活を彩る トールペイント	長里教恵	29日(金) 9時30分～12時	18歳以上	10人	1,000円	22日(金)	船木コミュニティセンター(TEL 0848-86-6731 FAX 0848-86-6730)
楽しい陶芸教室	山根保弘	29日(金)13時30分～15時30分	18歳以上	15人	1,000円	27日(水)	沼田東コミュニティセンター (TEL FAX 兼用0848-66-3179)
家族とたのしむお菓子作り (焼き菓子スコーンを美味しく食べよう)	澤村知代	29日(金) 10時～13時30分	18歳以上	12人	1,500円	20日(水)	本郷生涯学習センター(TEL 0848-85-0701 FAX 0848-85-0702)
糀調味料を食卓に (全2回)	桂浦和子	10月3日(火)、11月7日(火)13時30分～15時30分	18歳以上	12人	1,500円	26日(火)	所 久井南コミュニティセンター 申 くい文化センター(TEL 0847-32-7138 FAX 0847-32-8406)
世界の紅茶文化を楽しむ ～アフタヌーンティをいただきながら～	高亀 真由美	10月11日(水) 10時～13時30分	18歳以上	20人	2,000円	10月4日 (水)	中央公民館(TEL 0848-64-2137 FAX 0848-64-0137)
日本語学習ボランティア 養成講座(全3回)	犬飼康弘	10月20日(金)、11月3日(金・祝)・10日(金) 14時～16時	-	10人	600円	10月18日 (水)	中央公民館(TEL 0848-64-2137 FAX 0848-64-0137)

図書館からのお知らせ

中央図書館	【開館時間】9時30分～20時 【休館日】第1火曜日
本郷・久井・大和図書館	【開館時間】10時～18時 【休館日】毎週火曜日、18日(月・祝)、23日(土・祝)

中央図書館 ☎ 0848-62-3225
久井図書館 ☎ 0847-32-7138
本郷図書館 ☎ 0848-85-0703
大和図書館 ☎ 0847-33-1115

本の展示「認知症とともに生きる」

認知症に関連した本の展示。認知症の人を支える医療・介護の専門職、大学研究者、認知症の人を介護する家族のおすすめ本も展示します。
 時 16日(土)～30日(土)

中央図書館 ☎ 0848-62-3225 **要申し込み**

「紅茶の世界」～紅茶の入れ方ワークショップと本の展示～

【本の展示】
 「紅茶の世界」
 時 16日(土)～30日(土)
 【ワークショップ】
 時 28日(木)10時30分～12時 所 図書館多目的室・サテラス 【講師】Tea heart 高良敦子さん 定 10人
 ￥ 500円 申 6日(水)から電話またはカウンターへ



アフタヌーンコンサート

時 17日(日)13時～14時
 ※出演者など詳しくは図書館HPで確認してください。



MiHARA Music Pocket
 ↑図書館HP

声の友大人向け朗読の会

時 20日(水)14時～15時 内 朗読「最後の伝言 Save the Last Dance for Me」(原田マハ/著) 定 約40人

オータムコンサート

三原室内管弦楽団メンバーによるアンサンブルです。ブラムス弦楽五重奏曲などを演奏します。
 時 23日(土・祝)17時～18時

本郷図書館 ☎ 0848-85-0703 **要申し込み**

対面朗読サービスを開始します

活字を読むことに不自由を感じる人を対象に、希望の図書館資料を原則1対1で朗読するサービスを10月から毎月第2木曜日に開催します。※雑誌や新着本などは除きます。
 時 10月12日(木)①14時～14時20分②14時30分～14時50分
 所 本郷図書館対面朗読室
 【協力】朗読録音グループ「声の友」
 定 毎月2人※1人1日1回。
 申 希望日の前月の1日(休館日の場合はその翌日)から2週間前までの間に、本郷図書館へ電話またはカウンターで、希望の時間帯と資料名をお知らせください。

大和図書館 ☎ 0847-33-1115 **要申し込み**

講座「スマホ活用術講座in図書館」

スマートフォンなどを使って、より便利に図書館HPを利用できるように、本の検索・予約・延長方法などを図書館員が説明します。
 時 21日(木)10時30分～11時30分
 対 利用者カードを持っている人
 定 6人
 用 スマートフォン、タブレット端末、ノートパソコンのいずれか
 申 20日(水)までに大和図書館へ

三原市の魅力や情報を発信中 広報戦略課(☎ 0848-67-6007)

公式SNS



メール配信システム



防災情報などをスマホやパソコンに配信

FMみはら(87.4MHz) 行政情報番組「教えてみはら」

時 日曜日15時10分～、月～金曜日①6時43分～②12時10分～③20時10分～(各15分間)
 ※全て同じ内容。

表紙について

できることから始めよう!ごみの減量化



統計によると三原市の市民一人あたりのごみの量は1日555g。これは県平均の551gを上回っています。清掃工場には毎日大量のごみが持ち込まれます。「3R」や「3きり運動」を意識しながら、ごみの減量化に取り組みましょう。

市民の声

「市民の声」は市民の皆さんから市政に対する意見や提案です。【提出方法】市HPの専用フォーム、ファクスまたは郵送で①名前②住所③電話番号④市政への意見・提案を総務課(〒723-8601 港町三丁目5番1号 ☎ 0848-67-6176 ☎ 0848-64-7101)へ



↑専用フォーム

三原市の人口(7月31日現在) ※ ()内は前年同月との比較

世帯数	43,262世帯(+48)
人口	88,372人(-1,175)
男	42,558人(-446)
女	45,814人(-729)

※うち外国人住民は2,438人(+318)

人口移動の詳細については
 広島県 人口移動 月報 **検索**

税などの納期(普通徴収)

- 国民健康保険税(第3期)
- 介護保険料(第3期)
- 後期高齢者医療保険料(第3期)

納期限
10月2日
 (月)まで

夜間収納・証明書交付業務の窓口(19時まで)
 毎週木曜日

航空機の騒音測定結果(7月分)(Lden)

- 正広局(本郷町善入寺正広)=47.2
- 本郷局(本郷町船木川西上)=52.2

すんでみはら。

9

September
Vol.222

…………… 三原で暮らし、活躍する女性たち ……………

9/18
(月・祝)

メタばあちゃん 1st婆ちやるライブ

～暴れてやります。孫よ、後悔するなよ。～

平均年齢が80歳の世界最高齢「婆ちやるアイドルグループ」メタばあちゃんによる初めてのバーチャルライブを開催。敬老の日に、おばあちゃんたちがメタバースの世界で歌声を披露します。

時 18日(月・祝)13時～14時30分

※公式YouTubeチャンネルで無料公開。

問 E-mail:staff@meta-grandma.com



公式Youtubeチャンネル



三原に住んで85年 市内最高齢のインフルエンサー



「道の駅 みはら神明の里」の景色がひろこさんのお気に入り。



今月のみはらびと。 Person of the month

ビジュアル
Vtuber

ひろこさん(85歳)

活動を通して「挑戦は何歳からでも遅くない」ことを証明中！

「メタばあちゃん」の愛称でインターネットの仮想空間で活動し、YouTubeのチャンネル登録者数4万人超えVtuberの声の主は、三原歴85年のひろこさんです。孫の勧めで活動を始め、続けるうちに世界中から寄せられるコメントを読むのが楽しみになったそうで、今では勉強や恋愛などの相談コメントも届くようになり、動画で人生相談にも応えています。「三原の人も自然も全てが好き」と話すひろこさんは、三原のためにという思いで、市のふるさと納税PR動画にも出演。今後も活躍に注目を！