

## 健康づくりに関する問い合わせ先

保健福祉課 (☎0848⑥76061 FAX0848⑥75934)  
 本郷保健福祉センター (☎0848⑥63609 FAX0848⑥66820)  
 久井保健福祉センター (☎0847③28551 FAX0847③28351)  
 大和保健福祉センター (☎0847③40960 FAX0847③40299)



定員のある行事について特に記載のない場合、原則として申し込み先着順です

### 献血のお知らせ

- ◆11日(火) 10時～11時30分  
中国電力(株)三原営業所宮沖五丁目
- ◆19日(水) 10時～11時30分  
ダイヤマート(中之町二丁目)
- ◆19日(水) 13時～16時  
三原赤十字病院(東町二丁目)
- ◆22日(土) 10時～11時30分、12時30分～16時  
フジグラン三原(円一町一丁目)

### こころのなんでも相談

- ◆14日(金) 本郷保健福祉センター
- ◆19日(水) 久井保健福祉センター

※時間はいずれも13時30分～15時30分。  
 内容 精神科医師または精神保健福祉士による相談  
 定員 各2人申し込み先着順  
 申し込み 相談日の2日前までに希望する各保健福祉センターへ

### 成年後見制度講演会

- とき ①5日(水)②10日(月)③13日(木) 14時～16時
- ところ ①久井保健福祉センター②本郷福祉センター③市民福祉会館

内容 判断能力が不十分な人の財産や権利を守る「成年後見」の制度説明

講師 (社)広島県社会福祉士会権利擁護センターばあと

なあひろしまの社会福祉士  
 ※希望者は直接会場へ。  
 問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥76359)

### 介護劇と地域福祉講演会

とき・ところ 左の表のとおり

と き	と ころ	定員(人)
12月15日(土) 13時30分～15時20分	久井保健福祉センター	100
12月19日(水) 13時30分～15時20分	市民福祉会館	150
1月19日(土) 13時30分～15時20分	大和保健福祉センター	100
1月26日(土) 13時30分～15時20分	本郷福祉センター	100

講師 広島県社会福祉協議会 丸山法子さん

入場料 無料  
 ※希望者は直接会場へ。  
 問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥76359)

### 健診結果の説明会

と き	と ころ
12月 6日(木) 13:30～15:00	鷲集会所
12月 7日(金) 10:00～11:30 13:30～15:00	沼田東コミュニティセンター
	幸崎コミュニティセンター
12月14日(金) 10:00～11:30 13:30～15:00	八幡町民会館
	糸崎コミュニティセンター
12月17日(月) 10:00～11:30 13:30～15:00	明神会館
	須波西公民館
12月18日(火) 10:00～11:30	人権文化センター

内容 健診結果の説明、栄養相談など

用意する物 健康診査の結果、健康手帳  
 問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥76061)

### 健康相談

- ◆7日(金) 久井保健福祉センター 13時30分～15時
  - ◆17日(月) 大和生活改善センター 13時30分～15時
  - ◆20日(木) サン・シープラザ(3階) 13時15分～14時(受け付け)
- ※本郷地区は随時。

内容 健診結果の説明、検尿、血圧測定など

用意する物 健康診査の結果、健康手帳

※希望者は直接会場へ。  
**心の病についての講演会と家族のこころ**

とき 7日(金) 13時30分～15時30分  
 ところ 小規模通所授産施設 やつさ工房(中之町五丁目)  
 演題 心の病気の理解と家族の役割について

講師 友和病院精神保健福祉士 木村雅昭さん  
 対象 心の病を抱える人の家族  
 参加費 無料  
 申し込み先 三原地区精神障害者家族会「三保会」事務局(やつさ工房 ☎0848⑥7101)

### 離乳食教室

とき 12日(水) 10時～11時  
 ところ 大和保健福祉センター  
 内容 離乳食の試食・育児相談など  
 対象 乳児とその保護者  
 申し込み 7日(金)までに大和保健福祉センター(☎0847③40960)へ



# こんにちは 保健師です



## 子どものきもち(1歳~2歳編)

1歳~2歳ころの子どもたちは、思い通りに体も動かせるようになり、自分一人ではできないような事も自分でやりたい気持ちが膨らんでいきます。その反面、何に対しても「イヤ!」と言ってしまふような一面も見られます。子どもの「〇〇したい」気持ちと、「イヤ!」の気持ちは、「自我の芽生え」という成長の証です。

自我が芽生え始めるこの時期に大切なのは、子どもの自信を伸ばすことです。それには、「できたよ!嬉しいよ!」という子どもの気持ちを大人がしっかり受け止め、ともに喜ぶことが大切です。そうすることで、いろんなことを相手に伝えたい気持ちも一緒に育ちます。時には子どもがくじけることもあると思います。そんな時は、「〇〇したかったんだね」と子どもの気持ちに寄り添いながら、子育てを楽しんでください。

三原市保健師 川成 真以

## ◆年末・年始の小児科救急当番医院◆

と き	医療機関名
29日(土)	8時~12時、 13時~15時 金丸小児科医院 ☎0848⑥3763
	8時30分~14時 武田小児科医院 ☎0848⑥4814
	9時~14時 川西医院 ☎0848⑥2253
	9時~12時30分、 14時30分~16時 わきた小児科 ☎0848⑦7999
30日(日)	9時~12時30分、 14時~16時 わきた小児科 ☎0848⑦7999
31日(月)	8時30分~12時、 13時~17時 三原赤十字病院 ☎0848④8111
1月1日(火)	8時30分~12時、 13時~17時 興生総合病院 ☎0848③5500
2日(水)	8時30分~12時、 13時~17時 三原赤十字病院 ☎0848④8111
3日(木)	9時~12時、 13時~17時 木原こどもクリニック ☎0848⑥0321

### たまごたいむ

とき 6日(木) 9時30分~11時30分

ところ 大和保健福祉センター

内容 健康にいいおやつ作り、友達づくりなど

対象 妊婦

用意する物 母子健康手帳、エプロン、三角巾

申し込み 4日(火)までに大和保健福祉センター(☎0847③0960)へ

### 乳児教室

とき 14日(金) 10時~11時30分

ところ 久井保健福祉センター

内容 子育てに関するミニ講座、友達づくり

対象 0歳児から一人歩きができるまでの子

※希望者は直接会場へ。問い合わせ先 久井保健福祉センター(☎0847③2855)

### ヤング朝食クッキングコンテストの表彰

約1,300人から応募作品が寄せられ、小・中・高校生一般の部でそれぞれ3人の作

品が優秀作品として入賞しました。作品は今後の保健事業に生かし、健康みはら21計画の推進の輪を広げていきます。



朝一番の元気のもと  
宮浦中学2年生 川谷功さんの作品

### 三原市医師会病院での集団健康診査

問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑦6061)

健診日 21日(金)までの毎週 火・水・金・土曜日、年始

受付時間 火曜日 8時30分~9時、水曜日 8時30分~10時、金・土曜日 8時15分~8時30分

内容 基本健康診査、乳・胃・大腸・肺・前立腺がん検診

※保健福祉課への事前予約が必要です。申し込み先 保健福祉課 (☎0848⑦6061)

