

特集 **新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぎましょう**

～感染予防策や支援制度などをお知らせします～

～生活支援や感染予防などについての相談窓口～
三原市新型コロナウイルス感染症専用
電話相談窓口 ☎0848・67・6868
8時30分～17時15分(土・日曜日、祝日を除く)

- この夏JR三原駅前が変わります 第1弾……6
～ペアシティ三原西館の配置などをお知らせ～
- 自分の身体を健康診査で知ろう……………8

新型コロナウイルス感染症の影響で、掲載しているイベントなどが中止・延期になる場合があります。事前に主催者に確認してください。市HPでも中止・延期などの情報を掲載しています。

5

令和2(2020)年
第182号

～感染予防策や支援制度などをお知らせします～

3つの「密」に気を付けましょう

An illustration of three people—two men and one woman—wearing white face masks and coughing into their elbows. They are surrounded by numerous purple star-shaped virus particles. The background is a light blue sky with white clouds.

一人ひとりができる

● 不要不急の外出を控える

特に患者が多く発生している地域との往来を控えましょう。

●小まめな手洗い

外出後や食事の前など、手洗いを小まめに行いましょう。正しい手洗いの習慣を身に付けましょう。



●咳エチケット

咳やくしゃみをするときは、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖（手のひらではない）を使って、口や鼻を覆いましょう。



● 健康管理

十分な睡眠とバランスのよい食事を
心掛け、免疫力を高めましょう。

●適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、喉の粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って、適切な湿度(50〜60%)を保ちましょう。

◎こんな症状が出たときは◎

◎風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く(解熱剤を飲み続けなければならない場合も同様です)

◎強いだるさ(倦怠感^{けん})や息苦しさ(呼吸困難)がある

●次のような人は重症化しやすいため、上記の状態が2日程
度続く場合には相談してください。

◎高齡者

◎糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPDなど)の基礎疾患がある人や透析を受けている人

◎免疫抑制剤や抗がん剤などを使っている人

◎ 妊婦

37.5度以上が
4日以上続く



広島県新型コロナウイルス相談窓口【24時間対応】

☎ 082 • 513 • 2567

※電話での相談が難しい場合は県障害者支援課 **FAX**082・223・3611へ。

自宅でも適度な運動を

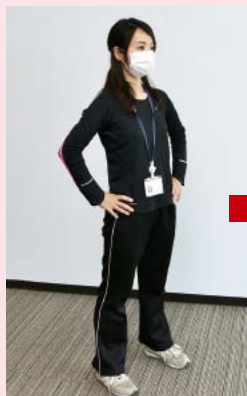
新型コロナウイルス感染症の影響により、外出する機会が減ることで、運動不足になることが心配されます。健康を維持するためにも、適度な運動を心掛けましょう。

☎高年齢福祉課(☎0848・67・6055)

県大三原キャンパスの先生に聞いた 自宅でできるトレーニング

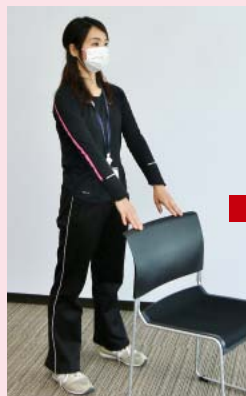
10回で1セット、週に3回以上を目標に行いましょう。
息を止めずに呼吸をしながら行なってください。

●スクワット 下半身の筋肉をバランスよく鍛える



立った姿勢から、お尻と太ももに力が入っていることを意識しながら4秒かけて腰を落とし、4秒かけて元に戻しましょう。

足腰が弱い人や後ろに倒れそうなどときはいすなどを使いましょう



※内股、がに股に注意しましょう。膝は爪先より前に出さないようにしましょう。

●ひざ伸ばし 衰えやすい だいたいしとうきん 大腿四頭筋を鍛える

左右それぞれ10回



※余裕があれば
じゅうすい
重錘バンド(1キ
ログラム程度)を
足首に巻くとよい
でしょう。

いすに浅く座って背筋を伸ばし、両手をいすの前側に置きましょう。両足は肩幅くらいに開きましょう。

※ふらつく場合は背もたれにもたれて行いましょう。

片方の足をゆっくりと真っすぐ伸ばしましょう。4秒かけて上げ、4秒かけて元に戻しましょう。

●もも上げ 大腰筋と腹筋を鍛える

左右それぞれ10回



いすに浅く座って背筋を伸ばし、両手をいすの前側に置きましょう。両足は肩幅くらいに開きましょう。

※ふらつく場合は背もたれにもたれて行いましょう。

片方の膝に力を入れて4秒かけて胸に近づけ、同時に上体がかがめましょう。4秒かけて元に戻しましょう。

監修: 県立広島大学 保健福祉学部 理学療法学科 講師 積山 和加子さん

生活支援や感染予防などについての相談窓口を設置しています。

**三原市新型コロナウイルス感染症専用
電話相談窓口 ☎0848・67・6868**

【8時30分～17時15分(土・日曜日、祝日を除く)】

←支援制度については4・5ページに掲載

期間 5月6日(水)まで
※状況により、期間が変
わる場合があります。



市HPの2次元コード

対象施設など、詳しくは市HPなどで確認してください。

感染拡大を防ぐため、公共施設の貸館業務を休止、一部施設を臨時休館しています。

**公共施設の貸館
業務を休止、一部
施設を臨時休館**



制度は追加・変更になる場合があります。市HPには最新の情報を掲載しています

対 象	金額など	問い合わせ先
新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少し、生活のために緊急で一時的に貸し付けが必要な世帯	1 世帯当たり1回10万円 ※要件によっては20万円。	社会福祉協議会 (☎0848・63・0570)
新型コロナウイルス感染症の影響による失業などで生活が困窮し、日常生活の維持が困難な世帯	2 人以上の世帯:月20万円以内 単身の世帯:月15万円以内	
緊急に入院が必要となった場合で、事業の休止・廃止、失業などにより、生活が一時的に著しく困窮し、医療機関などへの一部負担金の支払いが困難な国民健康保険被保険者	免除・減額(50%または80%)・支払猶予	保険医療課 (☎0848・67・6050)
事業の休止・廃止、失業などで生活が著しく困難となり、医療機関などへの一部負担金の支払いが困難な後期高齢者医療被保険者	免除・減額(50%)・支払猶予	保険医療課 (☎0848・67・6056)
新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱などの症状があり感染が疑われたことにより、療養のために働くことができなくなった国民健康保険加入の被雇用者	給与の月額×2/3×休んだ日数(最初の3日を除く) ※有給休暇など、給与の支払いを受けて休んだ日は、「休んだ日数」に含めません。	保険医療課 (☎0848・67・6050)
新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱などの症状があり感染が疑われたことにより、療養のために働くことができなくなった後期高齢者医療保険加入の被雇用者		保険医療課 (☎0848・67・6056)
主たる生計維持者の収入が次の理由により、著しく減少した介護サービスなどの受給者 ①重度の障害を負った、死亡または長期入院した ②事業を休止・廃止または失業した	減免	高齢者福祉課 (☎0848・67・6240)
疾病や失業、退職・休職などの理由により、前年の月平均の収入と比較して直近3カ月の収入が40%以上減少している扶養義務者	減免(40%~100%)	児童保育課 (☎0848・67・6042)
【減免】新型コロナウイルス感染症の影響で、所得見込額が前年に比べて一定の基準以下に減少し、生活が著しく困難であると認められる人 【猶予】新型コロナウイルス感染症の影響で、納付が困難となった人	減免・猶予	【減免】市民税課 (☎0848・67・6030) 【猶予】税制収納課 (☎0848・67・6035)
【減免】新型コロナウイルス感染症の影響で、主たる生計維持者が死亡した、または重篤な傷病を負った世帯。主たる生計維持者の事業収入などが前年に比べて一定の基準以下に減少すると見込まれる世帯 【猶予】新型コロナウイルス感染症の影響で、納付が困難となった世帯		
【減免】新型コロナウイルス感染症の影響で、主たる生計維持者が死亡した、または重篤な傷病を負った人。主たる生計維持者の事業収入などが前年に比べて一定の基準以下に減少すると見込まれる人 【猶予】新型コロナウイルス感染症の影響で、納付が困難となった人		
新型コロナウイルス感染症の影響を受ける事業主	【助成率】大企業2/3、中小企業4/5 ※解雇などを行わない場合は大企業3/4、中小企業9/10。	ハローワーク三原 (☎0848・64・8609)
上段の「雇用調整助成金(特例措置)」を受けた市内の中小企業者	雇用調整助成金対象額の1/10以内(上限100万円)	商工振興課 (☎0848・67・6072)
最近1カ月の売上高が前年または前々年の同期と比較して5%以上減少している小規模事業者	【用途】運転資金、設備資金 【融資限度額(別枠)】1,000万円 【金利】当初3年間 基準金利-0.9%	商工会議所 (☎0848・62・6155) 臨空商工会 (☎0848・86・2238) 商工振興課 (☎0848・67・6072)
上段の「小規模事業者経営改善資金融資(新型コロナウイルス対策マル経融資)」を受けた市内事業者	【補給額】利子に相当する額(年0.5%を上限) 【補給期間】3年以内	
市内に事業所などがあり、確定申告を行なっている事業者、または開業届けを出している新規事業者	5万円	
新型コロナウイルス感染症の影響を受けて一時的な業況悪化となり、売上高の減少などの条件を満たす事業主	【用途】運転資金、設備資金 【貸付期間】運転:15年以内、設備:20年以内 【融資限度額(別枠)】中小事業:3億円、国民事業:6,000万円 【金利】当初3年間 基準金利-0.9%	日本政策金融公庫尾道支店 (☎0848・22・6111)
	【用途】運転資金、設備資金 【貸付期間】運転15年以内、設備20年以内 【融資限度額】3億円 【金利】当初3年間 基準金利-0.9%	商工組合中央金庫福山支店 (☎084・922・6830)
【セーフティネット保証4号】 売上高が前年同月比20%以上減少するなどの条件を満たす事業主 【セーフティネット保証5号】 中小企業庁が指定する業種で、売上高が前年同月比5%以上減少するなどの条件を満たす事業主	【セーフティネット保証4号】 一般枠とは別枠で借入債務の100%を保証 【セーフティネット保証5号】 一般枠とは別枠で借入債務の80%を保証	広島県信用保証協会福山支所 (☎084・923・4893) 商工振興課 (☎0848・67・6072)
新型コロナウイルス感染症の影響を受ける事業主	商工会議所 (☎0848・62・6155) 臨空商工会 (☎0848・86・2238)	

支援制度をお知らせします

新型コロナウイルス感染症に関する支援制度をお知らせします。各制度について、詳しくは問い合わせてください。

制度の名称			制度の内容
個人向け	生活	 緊急小口資金	無利子で一時的な生活費を貸し付け
		 総合支援資金	無利子で生活費を貸し付け
	医療・福祉	 国民健康保険 医療費一部負担金の減免など	医療機関などの窓口で支払う一部負担金(自己負担金)の免除、減額または支払猶予
		 後期高齢者医療 医療費一部負担金の減免など	
		 国民健康保険被保険者への 傷病手当金の支給	療養のため働くことができなくなった被雇用者へ傷病手当金を支給
		 後期高齢者医療被保険者への 傷病手当金の支給	
		 介護保険 介護サービス費自己負担金の減免	主たる生計維持者の収入がなくなるなどした介護保険被保険者の介護サービス費自己負担金を減免
	子育て	 保育料の減免	著しく収入が減少したと認められる場合に保育料を40～100%減免
	税など	 市県民税の減免・徴収猶予	失業、事業の休止・廃止または疾病などの理由によって納付が困難な人に対して減免措置を講じる。条件を満たした場合に申請により一定期間、納付を猶予
		 国民健康保険税の減免・徴収猶予	
		 介護保険料の減免・徴収猶予	
		 後期高齢者医療保険料の減免・徴収猶予	
事業者向け	経営	 雇用調整助成金(特例措置)	経済上の理由により事業活動の縮小を余儀なくされた事業主が、労働者に対して一時的に休業などによって雇用維持を図った場合に休業手当等の一部を助成
		 雇用継続助成金交付事業	上段の「雇用調整助成金(特例措置)」を受けた市内の中小企業者に対して市が助成金を支給
		 小規模事業者経営改善資金融資 (新型コロナウイルス対策マル経融資)	商工会議所・商工会の経営指導員による経営指導を受けた小規模事業者に対して、日本政策金融公庫が無担保・無保証人で融資を実施。特別利子補給制度と併用することで実質的な無利子化(3年間)を実現 ※売上高の減少などの条件、上限額あり。
		 小規模事業者経営改善資金利子補給 事業(新型コロナウイルス対策マル経)	上段の「小規模事業者経営改善資金融資(新型コロナウイルス対策マル経融資)」を受けた市内事業者のうち、特別利子補給制度を利用できなかった事業者に対して市が利子分を補給し、実質的な無利子化を実現
		 事業継続支援給付金	市内事業者に対して、事業の継続を支援するため、市が一律で給付金を支給
		 無利子・無担保融資 (新型コロナウイルス感染症特別貸付)	信用力や担保に関わらず一律金利とし、融資後3年間まで0.9%の金利引き下げを実施。据置期間最長5年。特別利子補給制度と併用することで実質的な無利子化(3年間)を実現 ※売上高の減少などの条件、上限額あり。
		 無利子・無担保融資 (危機対応融資)	
		 セーフティネット保証4号・5号	経営の安定に支障が出ている中小企業者を、一般保証とは別枠(最大2.8億円)の保証の対象とし資金繰りを支援
		 経営相談窓口	資金繰りや雇用などの相談に経営指導員などが対応

ペアシティ三原西館の配置が変わります

8月下旬にリニューアルオープン

ペアシティ三原西館には、児童館と老人大学が移転し、8月下旬にリニューアルオープンする予定です。移転に合わせて老人大学の名称を「みはら市民大学」に変更します。

8月下旬以降の配置

	南側	北側
4階	総合保健福祉センター(サン・シープラザ)	
3階	みはら市民大学	
2階	児童館	市民ギャラリー
1階	店舗	テナント募集区画、金融機関

※太字が新たにオープンする施設。それ以外の施設は現在も営業しています。

3階

ここが変わる



みはら市民大学

▲完成イメージ図

1 快適な学習環境に

図書館に隣接することや設備が新しくなることで、学習環境がより快適になります。

2 通学が便利に

駅前に移転することにより、公共交通機関でのアクセスが便利になります。また最寄りにスーパーや病院があるため、通学時の利便性も高まります。

2階

ここが変わる



児童館

▲完成イメージ図

1 無料Wi-Fiが使えるように

館内で無料Wi-Fiが使えるようになります。

2 中高生も気軽に利用できる施設に

学習室や談話コーナー、スポーツ室などを新たに整備します。

3 ダンスや演劇の練習ができる

ダンスや演劇の練習場所としても利用できるよう、スポーツ室に大型の鏡を設置します。

4 ボルダリングができる

施設の中心にある遊戯室にはボルダリングコーナーを設置します。

JR三原駅が「人が集まり、にぎわいにつながる場所」となるよう、市は駅前東館跡地の整備とペアシティ三原西館の再編を行なっています。広報みはらでは整備状況などを全3回のシリーズでお知らせします。

図経営企画課 ☎0848・67・6009



駅前東館跡地の整備が進んでいます

7月中にオープン予定

7月中のオープンに向け図書館や広場、ホテル、商業施設などの建設工事が進んでいます。

各施設のオープン時期

施設名	時期(予定)
図書館・広場	7月23日(木)
ホテル	7月中
商業施設・駐車場	



▲整備が進む駅前東館跡地

表 1

国保人間ドック実施医療機関

三菱三原病院

三原赤十字病院

興生総合病院

三原市医師会病院

須波宗斉会病院

山田記念病院

松尾内科病院

本郷中央病院

公立くい診療所

大和診療所

公立世羅中央病院

※  は脳MRI検査も実施しています。

※ ☐ は肺低線量CT検査も実施しています。

※地域集団健診でも受診することができませんが、
 新型コロナウイルス感染症の影響で、日程などが未定です。決まり次第、広報みはらや市HPなどでお知らせします。

※5月20日(水)から申し込みを受け付けます。
※後期高齢者医療保険の加入者の健診については、8ページに記載。

申①②８・９ページを参照③表１の国保人間ドック実施医療機関へ

受診方法
①個別健診②休日健診③国保人間ドック

料無料

時 6月～来年3月

送付します。

※対象者には、6月上旬に受診券(ピンク色)を

特定健康診査（メタボ健診）

国保だより
間保険医療課
☎0848・

問 保険医療課

☎ 0848.676050

市が緊急事態宣言の対象となつてい
る期間中は各健診を実施しません。

国保人間ドック

対国保加入者で40～74歳の人

時 6月～来年3月

料表2のとおり

【申表】1の国保人間ドック実施医療機関へ

※5月20日(水)から申し込みを受け付けます。

※検査項目には、特定健診を含んでいます。同じ年度に個別健診、休日健診、地域集団健診での特定健診と重複して受診することはできません。

表 2

国保人間ドックの受診区分	料 金	申し込み
胃バリウム検査 肺レントゲン検査	5,300円	表 1 の国保人間 ドック実施医療 機関へ
胃バリウム検査 肺低線量ＣＴ検査	8,100円	
胃バリウム検査 肺レントゲン検査 + 脳MRI検査	9,300円	
胃バリウム検査 肺低線量ＣＴ検査 + 脳MRI検査	12,100円	
胃内視鏡検査 肺レントゲン検査	6,600円	
胃内視鏡検査 肺低線量ＣＴ検査	9,400円	
胃内視鏡検査 肺レントゲン検査 + 脳MRI検査	10,600円	
胃内視鏡検査 肺低線量ＣＴ検査 + 脳MRI検査	13,400円	
特定健診 + 脳MRI検査	4,000円	

※脳MRI検査は、元号が奇数年生まれの人のみ対象です。

下水道事業経営戦略(案)への意見を募集します (パブリックコメント制度)

下水道事業経営戦略の案について皆さんの意見を募集します。寄せられた意見や要望、改善案などを考慮して最終的な計画を策定します。

募集する計画案 下水道事業経営戦略

計画の概要 今後10年間の下水道事業の損益・財政を見通し、将来的に事業を維持していくための経営方針を示したもの

公表と意見の提出期間 5月7日(木)～6月12日(金)

計画と意見書(様式)の設置場所 下水道整備課、情報公開コーナー(市役所本庁4階)、各支所、本郷・大和保健福祉センター、本郷・久井・大和図書館、市HP

提出できる人 市内在住・在勤・在学の人、市内に事業
所がある個人・法人

提出方法 持参、郵送、ファクス、Eメール

提出先 下水道整備課(〒723-8601港町三丁目5番1号) ☎0848・67・6049 FAX 0848・

64・6057  gesuidoseibi@city.
mihara.hiroshima.jp) または各
支所

※意見に対する個別の回答は行いません。市HPなどで提出された意見と市の考え方をまとめて公表します。



▲市HPの2次元 コード



自分の身体を 健康診査で知ろう

市では、職場などで健康診査(健診)を受ける機会のない人を対象に、基本健診やがん検診を実施しています。
年に1回は健診を受けて、生活改善や早期治療につなげましょう。

①医療機関での個別健診

時 6月1日(月)～来年3月31日(水)

健診項目・料金など 表1のとおり

実施医療機関 表2(9ページ)のとおり

申 受診希望日の7日前までに各実施医療機関へ

※5月20日(水)から申し込みを受け付けます。

②休日健診

時 次の日曜日 6月21日、8月23日、10月25日、12月13日、

来年2月21日

所 三原市医師会病院(宮浦一丁目)

受付時間 8時30分～9時

健診項目・料金など 表1のとおり

※胃カメラ(胃がん検診)、低線量CT(肺がん検診)、子宮頸がん検診は実施しません。

定 各30人(要申し込み)

申 三原市医師会病院(☎0848・677030)

※5月20日(水)から申し込みを受け付けます。



※新型コロナウイルス感染症の影響で、毎年7月に実施している久井・大和会場の地域集団健診を延期します。詳細が決まり次第、広報みはらや市HPなどでお知らせします。

問 保健福祉課

☎0848・676053

市が緊急事態宣言の対象となっている期間中は各健診を実施しません。

表1 健診項目・料金など

健 診 項 目		対 象 (年齢は受診月の月末時点) (★は来年3月末時点)	回 数	料 金	
				①医療機関での 個別健診	②休日健診
基本健診 (血液検査・内科診察など)		20歳～★39歳の人	年度に1回	700円	
		20歳以上の生活保護世帯の人		無 料 (事前の手続きが必要)	
		後期高齢者医療被保険者の人		無 料	
特定健診 (血液検査・内科診察など)		★40歳～74歳の人	年度に1回	国保加入者＝無料(詳しくは7ページを参照) (国保以外に加入している人は、各保険 者からのお知らせを確認してください)	
B型・C型肝炎ウイルス検診		40歳以上でこれまで受けたことのない人	生涯に1回	1,100円または1,700円	
胃がん検診	バリウム	40歳以上の人	年度に1回	1,700円	
	胃カメラ			3,000円	実施なし
大腸がん検診				500円	
肺がん検診	レントゲン			200円	
	低線量CT			3,000円	実施なし
前立腺がん検診		50歳以上の男性	年度に1回	800円	
乳がん検診 (マンモグラフィ)		40歳以上の女性	年度に1回	400円	
子宮頸がん検診 (視診・内診・細胞診)		20歳以上の女性	年度に1回	400円 (経膈エコー検査などは、 別途料金がかかります)	実施なし

※70歳以上の人は、胃カメラ・肺低線量CTを除く各種がん検診と肝炎ウイルス検診が無料です。

※市民税非課税世帯の人と生活保護世帯の人は胃カメラ・肺低線量CTを除くがん検診が無料です。事前に印鑑と住所・名前が分かる物を用意し、保健福祉課または本郷・久井・大和保健福祉センターで健康診査受診券(無料券)の交付を受けてください。

表2 実施医療機関

実施医療機関			電話番号	基本 健診	特定 健診	肝 炎 ウ ィ ル ス	胃がん		大 腸 が ん	肺がん		前 立 腺 が ん	乳 がん (マンモ)	子 宮 頸 が ん	子 宮 頸 が ん	予約時に要相談・要確認			
							バリ ウム	胃 カ メ ラ		レ ン ト ゲ ン	低 線 量 C T					託 児	土 曜 日 の 健 診	日 曜 日 の 健 診	
三原地域	あ行	あさだ内科	0848・61・5688	○	○	○			○			○				要相談	午前		
		石根内科循環器科医院	0848・60・2050	○	○	○			○			○						午前	
		小園内科・循環器科	0848・62・7525	○	○	○			○	○		○				要相談	午前		
		おばたクリニック	0848・62・1313	○		○								○	○	1日	午前		
	か行	かじやま内科循環器科	0848・61・3180	○	○	○			○	○		○						午前	
		川西医院	0848・63・4887	○	○	○			○			○				要相談	午前		
		木曾胃腸科内科	0848・81・0311	○	○	○		○	○			○						午前	
		興生総合病院	0848・63・5512	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				午前	
	さ行	こだま泌尿器科クリニック	0848・62・5153									○						午前	
		阪田医院	0848・69・0003	○	○	○			○			○						午前	
		坂田外科肛門科	0848・63・5555	○	○	○			○			○				要相談	午前		
		さんさん内科クリニック	0848・61・3171	○	○	○			○			○							
	た行	柴田産婦人科皮膚科	0848・62・2525											○			午前		
		すずき内科胃腸科クリニック	0848・62・9907	○	○	○			○			○							
		須波宗斉会病院	0848・69・1888	○	○	○	○		○	○		○	○						
		武井胃腸科内科	0848・62・3844	○	○	○		○	○			○				要相談	1日		
	な行	ツネトウ胃腸科・外科	0848・67・0613	○	○	○			○			○						午前	
		つばい医院	0848・62・6767	○	○	○			○			○				要相談	1日		
		寺田外科クリニック	0848・81・0510	○	○	○	○		○	○		○	○					午前	
		得能クリニック	0848・67・7711	○	○	○			○	○		○				要相談	1日		
	は行	なぎさ医院	0848・61・5551	○	○				○			○				要相談			
		初鹿内科医院分院	0848・62・6482	○	○				○			○							
		初鹿内科胃腸科医院	0848・62・5571	○	○				○			○						午前	
		松尾内科病院	0848・63・5088	○	○	○	○	○	○	○	○	○						午前	
	ま行	松下クリニック	0848・62・2493	○	○	○			○	○		○				要相談	午前		
		三菱三原病院	0848・62・7471	○	○	○	○	○	○	○	○	○						午前	
		三原市医師会病院	0848・67・7030	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						注1
		三原城町病院	0848・64・1212	○	○	○		○	○	○	○	○							
	や行	三原赤十字病院	0848・64・8111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
		みやもり医院	0848・67・9655	○	○	○		○	○			○			○	1日			
		山田記念病院	0848・67・4767		○				○			○							
本郷地域		いしねファミリークリニック	0848・60・6555	○	○	○		○	○	○	○	○					1日		
		木下内科医院	0848・86・3706	○	○	○			○			○					1日		
		堀内医院	0848・86・2028	○	○	○			○			○					午前		
		本郷中央病院	0848・86・6791	○	○	○	○	○	○	○	○						午前		
大和地域		大和診療所	0847・34・0034	○	○	○			○			○							
		田原クリニック	0847・33・0480	○	○	○			○			○					午前		
久井地域		公立くい診療所	0847・32・6111	○	○	○			○	○		○							
世羅町		うらべ医院	0847・25・0116	○	○	○		○	○	○	○	○				要相談			
		公立世羅中央病院	0847・22・1127	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						
		さともクリニック	0847・22・0222	○	○	○		○	○			○							
		正覚クリニック	0847・25・2251	○	○	○			○	○		○					午前		
		瀬尾医院	0847・22・1148	○	○	○			○	○		○					午前		
尾道市		公立みつぎ総合病院	0848・76・1111	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○					

注1：偶数月に1回。日程は8ページの「②休日健診」のとおり。



市内の中小企業と働く人を応援 企業融資制度などのご案内

商工振興課 ☎0848・67・6072

中小企業等融資制度

市内の中小企業などを対象に、金融を円滑にして企業の育成を図るため、金融機関と提携した融資制度を設けています。

種 類	中小企業融資			中小企業組合等融資
資 金 使 途	短期運転資金	長期運転資金	設備資金	運転資金(原則)
貸 付 限 度 額	2,000万円以内 ※長期運転・設備資金は 1 事業者につき、1 融資まで。			組合員:2,000万円以内 構成員:1,000万円以内
貸 付 期 間	3 年以内 (6 カ月以内の据え置き有り)	3 年超10年以内 (6 カ月以内の据え置き有り)		7 年以内
貸 付 利 率 (固定)	年1.0%	年1.5%		1 年未満:年1.8% 1 年以上:年2.0%
返 済 方 法	分割払い(元金均等)			
信 用 保 証 な ど	信用保証付き(原則)			－
信 用 保 証 料 率	信用保証協会所定の料率(市の一部負担有り)			－
受 付 期 間	常 時			
取扱金融機関・受付場所	中国銀行、広島銀行、もみじ銀行、しまなみ信用金庫、呉信用金庫、 広島県信用組合、両備信用組合			商工組合中央金庫福山支店

※融資を受けるには金融機関の審査があります。

中小企業融資資金利子補給金制度

中小企業融資で新たに融資(短期を除く)を受けた事業者などに、返済額の中の利息のうち、年0.5%の割合で計算した金額を利子補給金として3年間交付します。

※返済に延滞などがある場合を除きます。

労働者金融対策資金貸付制度

市内に在住・在勤の勤労者を対象に、長期低利の貸付資金を供給することで生活の安定と向上を図るため、中国労働金庫三原支店と提携した貸付制度を行っています。

☎中国労働金庫三原支店
(☎0848・62・4128)

種 類	労働者金融対策資金貸付	
資 金 使 途	住宅・教育・医療費・介護・冠婚葬祭	生活支援
貸 付 限 度 額	500万円以内	200万円以内
貸 付 期 間	10年以内(教育資金のみ据え置き有り)	
貸付利率(保証料を含む)	年2.34%(固定)	年2.17%(固定)
返 済 方 法	分割払い	
担 保	不 要	
保 証 人	所定の保証機関	
受 付 期 間	常 時	
取扱金融機関・受付場所	中国労働金庫三原支店	

※資金を組み合わせ貸し付けを受ける場合の限度額は500万円以内です。

※貸し付けには中国労働金庫三原支店の審査があります。

生活情報
掲示板東京2020オリンピック
聖火リレーを延期

19日(火)に予定していた東京2020オリンピック聖火リレーは延期になりました。関係者の皆さま、ご協力ありがとうございました。

問 スポーツ振興課(☎0848・647219)

献血に協力を

時①9日(土)10時～12時、13時15分～16時②31日(日)10時～12時、13時15分～16時

所①フジグラン三原②ランドマーク三原(城町三丁目)

問 保健福祉課(☎0848・676053)

自転車マナーアップ強化月間

歩行者を 気づかう心で 踏むペダル(今年の自転車マナーアップ強化月間スローガン)

プ強化月間スローガン)

●交通安全確認マップで事故防止

昨年中に三原警察署管内で発生した人身事故のデータを基に、事故多発地点が分かる地図を作製しました。生活環境課、各支所で配布しているほか、市HPにも掲載しています。

問 生活環境課(☎0848・676178)

軽自動車税種別割を減免します

対 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳を持ち、次の表に当てはまる人

所有者	運転者	使用目的
本人	本人	本人の通学・通院・通所など
家族	本人	
本人	家族	
家族	家族	
身体障害者など の構成成員 のみで世帯を 構成している		常時介護者
※障害の程度によっては該当しない場合があります。		

用 対象の手帳、自動車検査証、運転免許証、納税義務者の個人番号カードまたは個人番号通知カードと顔写真付き身分証明書、印鑑、令和2年度軽自動車税種別割納税通知書

※常時介護者が運転する場合は

常時介護誓約書が必要。

※身体障害者が利用する装備を備えた車両も対象。

申 25日(月)までに市民税課(☎0848・676030)または各支所へ

証書などの交付サービスを停止

機器点検のため、コンビニなどのキヨスク端末での証明書などの交付サービスを停止します。ご理解とご協力をお願いします。

時 22日(金)終日

問 市民課(☎0848・676047)、税制収納課(☎0848・676034)

5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員児童委員は地域の身近な相談相手です。地域で見守りを行ったり、日常生活上の困り事について専門機関とのつなぎ役をしたりしています。気軽に相談してください。

問 高齢者福祉課(☎0848・676055)

家庭用燃料電池システム(エネファーム)の設置費を補助

対 エネファームの設置またはエネファーム付き住宅の購入を予定し、市税を滞納していない

い人

※詳しくは市HPを参照。

補助額 上限7万円

申 申請書(市HPに用意)を生活環境課(☎0848・676194)へ

木造住宅の耐震診断改修費、危険なブロック塀の除却費を補助

内①耐震診断を自己負担額1万円で実施②耐震改修費の一部を上限60万円まで補助③危険なブロック塀の除却または建て替え費用を上限30万円まで補助

対①②昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅③避難路に面する危険性の高いブロック塀などで一定規模以上の物※詳しくは手引き(建築指導課、市HPに用意)を参照。

申 8月31日(月)までに建築指導課(☎0848・676122)へ

道路に設置している看板などは移動を

車道や歩道に設置されている看板やのぼり旗などは通行の妨げになります。敷地内へ移動してください。

問 土木整備課(☎0848・676095)

道路に穴があいていたら連絡を

道路の穴や河川の石積み崩れを見つけたら連絡してください。

土木整備課(☎0848・67・6095)

道路や河川の清掃活動を支援

①ボランティア保険(傷害賠償保険)への加入②草刈機の燃料(混合油)を1作業10リットル、替え刃を年1回支給③乗用草刈



機貸し出し

作業日の前日までに申請書

(提出先に用意)を土木整備課

(☎0848・67・6095)または各支所へ

障害のある人を

市全体でサポート

市では障害のある人の重度化・高齢化などに備え、市内複数の障害福祉サービスの事業所などと連携して障害のある人を支援する仕組みを作りました。ぜひ、利用してください。

市内在住で身体障害者手帳、

今年度から市営住宅の入居要件などが変わりました

市営住宅の入居に必要な要件や、手続きなどを変更しました。主な変更点は次のとおりです。

変更点

- ①本佐木住宅、久井・大和地区の住宅に単身者が入居できるようになりました
- ②連帯保証人の数を2人から1人に変更し、保証人の収入要件を廃止しました。また連帯保証人が保証することとなる額の上限額を定めしました
- ③市単独下津住宅が社宅として使用できるようになりました

●入居者を募集

申込期間 18日(月)～29日(金) 8時30分～17時15分

申込場所 三原市営住宅管理グループ(宮沖四丁目)

久井・大和地区の住宅、小西北住宅(高齢者向け)、本佐木住宅

※詳しくは同グループまたは18日(月)から申込場所・総合案内コーナー(市役所本庁1階)・各支所で配布する資料で確認してください。

三原市営住宅管理グループ(☎0848・62・1800)

療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人など

※詳しくは問い合わせてください。

社会福祉課(☎0848・67・6060)

0848・64・130)

市の情報をフェイスブックで発信中

市公式フェイスブックでは、市からのお知らせやイベント情報のほか、暮らしに役立つ情報などを画像とともに伝えていきます。フェイスブックに登録している人は「いいね」を押して応援してください。



フェイスブックの2次元コード

URLは<https://www.facebook.com/city.minara.jp>

広報戦略課(☎0848・67・6007)

FMみはらで行政情報番組を放送しています

市からのお知らせなどをお伝えする行政情報番組「教

知らせなどをお伝えする行政情報番組「教

知らせなどをお伝えする行政情報番組「教

知らせなどをお伝えする行政情報番組「教



えて三原―聞いて役立つ三原ガイド―をFMみはらで放送しています。

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)

※日曜日から1週間、同じ内容の番組が放送されます。

周波数 87.4メガヘルツ

三原市広報戦略課(☎0848・67・6007)

募集

危険物取扱者試験の受験生

時①6月21日(日)②広島市③6月28日(日)④福山市⑤三原市⑥7月5日(日)⑦三原市

申請期間 ①5月15日(金)まで②5月15日(金)～22日(金)③5月22日(金)～29日(金)

※電子申請は①5月12日(火)まで②5月12日(火)～19日(火)③5月19日(火)～26日(火)。

※申込書は消防本部、消防署、各分署出張所で配布。



消防本部予防課(☎0848・64・5927)

消防本部予防課(☎0848・64・5927)

きれいな三原まちづくり 表彰の対象者

【例】地域の環境美化、自然環境の保護保全に貢献した人や団体
※詳しくは市HPを確認してください。

【申】9月11日(金)までに郵送、フ
ックスまたはEメールで推薦
書(生活環境課、各支所、市
HPに用意)を生活環境課(〒
723-8601 港町三丁目5番1号 ☎0
848・676194 FAX 084
8・644103) ⑤seikatsuka
nkyo@city.mihara.hiroshi
ma.jp) <

点訳ボランティア養成講座 の受講生

【時】6月20日～11月21日の土曜日
(全20回)

※いずれも13時30分～15時30分。

【所】サンシープラザ
【点】点字やパソコン点訳の基礎学

習

【定】10人(要申し込み)

【料】1100円(資料代・保険料)

【申】5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(☎0848・67933

9)へ

図書館アラカルト

休館日

本郷・久井・大和図書館＝毎週火曜日、3日(日)・4日(月)
※中央図書館は新図書館への移転作業のため、7月(予定)まで閉館。

新型コロナウイルス感染症の拡大
防止のため、一部サービスを休止し
ている場合があります。詳しくは各
図書館に問い合わせてください。

【本郷図書館】(☎0848・85・0703)
【久井図書館】(☎0847・32・7138)
【大和図書館】(☎0847・33・1115)



おすすめ本

けいがん
『炯眼に候』

きのしたまさき
木下昌輝／著



7人の主人公の観点で織田
信長の姿が書かれた短編集。鉄
砲をどう使うべきか、どうすれ
ば天候を予測できるかなど、天
下統一までの道にちりばめられ
た謎を、信長は解き明かしてい
きます。そんな信長が最後に導
き出したのは自らの死後、明智
光秀を破る秘策でした。史実を
踏まえながら、独自の視点で信
長を捉えた一冊です。

『10にんのせんになん』

ささき
佐々木 マキ／著



ある山のとっぺんに、不思議な
術を使う仙人が住んでいました。
ある日、麓から「う～ん、う～ん」
という声が聞こえてきたので山を
下りてみると、そこには困ってい
る人が…。仙人は分身の術でそ
の人を助けます。読むと優しい気
持ちになる絵本です。

『身のまわりのすごい「しくみ」大百科』

わくい よしゆき わくい さだみ
涌井良幸・涌井貞美／著



私たちが普段、見たり触れたり
している身近な物事には、実はす
ごい「しくみ」があります。ハイテ
ク技術から動植物に至るまで、さ
まざまな仕組みについて図を使い
分かりやすく解説しています。こ
の本を読めば、物事の見方が変わ
るかも知れません。

健康ひろば



連休の当番医院

時 2日(土) 17時30分～
6日(水) 8時30分

所 三原市医師会休日夜
間急患診療所(宮浦一
丁目)

※来院の前に必ず連絡してくだ
さい。



マダニにかまれると、重大な
感染症にかかることがあります。
野外で活動するときは長袖の上
着、手袋、長靴など
を着用して肌の露出
を少なくしましょう。



岡山県東部保健所(☎0848・
25・4640)

熱中症に注意を

気温や湿度が高くなると、熱
中症で病院へ搬送される人が増

えます。「小まめに水分を取る」
「扇風機を使う」「外出する時は
帽子をかぶる」など、熱中症に
ならないように注意しましょう。

岡山県東部保健所(☎0848・67・
6053)

こころの健康相談・
ひきこもり相談

時 25日(月) 13時30分～15時30分
所 本郷保健福祉センター

内 精神科医師による相談

定 2人(要申し込み)

申 21日(木)までに本郷保健福祉
センター(☎0848・86・3
609)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 15日(金)までに県東部保健所
(☎0848・25・4640)
へ



認知症のチェックができる ウェブサイトを開設

もの忘れなどの認知症の症状
を簡単にチェックできるウェブ
サイトを市HPに開設しました。

本人用のほか、家族や周囲の人
向けのものもあり
ます。ぜひ利
用してください。

岡山県高齢者福祉課(☎0848・
67・6055)



市HPの
2次元コード

こころの相談室「こんけア」

時 5日・6日を除く火・水曜日9
時～18時30分

所 カウンセリングルームこんけ
ア(西町一丁目)

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

申 カウンセリングルームこんけ
ア(☎0848・62・250
0)



子育て世代 包括支援センター すくすく

すくすくは子育て世代の
悩みを解決する身近な相談
窓口です。あなたの妊娠から
出産・子育てまでをしっ
かりサポートします。



申問 すくすく(☎0848・67・6217)

●育児相談

時 4日～6日を除く月～金曜日9時～17時
所 市役所本庁2階

内 保健師、助産師、栄養士、歯科衛生
士による相談(申し込み不要)

対 妊婦、乳幼児の保護者

●母乳相談

時 14日(木) 10時～12時、13時～15
時のうち1時間

所 サン・シープラザ3階

内 産前・産後の乳房ケアの相談

対 出産前後の人

定 各4人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 相談日の前日までにすくすくへ

●栄養士のごはんの相談

時 14日(木) 10時～12時、13時～15
時のうち1時間

所 サン・シープラザ3階

内 子どもの食事についての相談

対 未就学児と保護者

定 各4人(要申し込み)

申 相談日の前日までにすくすくへ

「母子健康手帳アプリ」を配信中

スマートフォン
向けアプリ「母
子健康手帳アプ
リ」を無料配信し
ています。

利用方法 スマ
ートフォンやタブ
レットのアプリ
ストアからダウン
ロードし、



ダウンロード用
の2次元コード



子育て 応援



連休の小児科当番医院



と き	と ころ
3日(日) 9時～11時30分、 13時～15時30分	三原赤十字病院(東町二丁目) (☎0848・64・8111)
4日(月) 9時～12時、 14時～16時30分	興生総合病院(円一町二丁目) (☎0848・63・5500)
5日(火)・ 6日(水) 8時30分～ 17時30分	三原市医師会休日夜間 急患診療所(宮浦一丁目) (☎0848・67・7040)

「三原市」を選択
岡山県保健福祉課(☎0848・67・
6061)

くらしの無料相談窓口

相談日などを変更する場合があります。事前に確認してください。

	相談の種類	と き	と ころ	申し込み・問い合わせ先
法 律 ・ 生 活	弁護士法律相談	15日(金)※要予約。申し込みは7日(木)8時30分から。	13時～16時	中央公民館 生活環境課 (☎0848・67・6179)
		13日(水)・27日(水)※いずれも要予約。利用には収入などの条件があります。	10時～16時	広島地方裁判所尾道支部 (尾道市新浜) 広島弁護士会尾道地区会 (☎0848・22・4237)
	司法書士相談	4日～6日を除く月～金曜日	12時～15時	電話相談 広島相談センター(☎082・511・7196)
	法的トラブルの解決法・窓口の案内	4日～6日を除く月～金曜日	9時～17時	電話相談 法テラス広島(☎050・3383・5485)
	交通事故・民事・家事相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時～17時	電話相談 県生活センター(☎082・223・8811)
			9時15分～12時、13時～16時	電話相談 県東部地域県民相談室(☎084・931・5522)
	暴力団関係相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時30分～16時	電話相談 暴力追放広島県民会議(☎082・228・5050)
	消費生活相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時～12時、13時～16時	市役所本庁3階 ※電話相談可。 消費生活センター (☎0848・67・6410)
	消費生活巡回相談	8日(金)・15日(金)・22日(金)※要予約。	14時～16時	本郷・久井・大和支所
	自立サポート相談	4日～6日を除く月～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 (☎0848・67・4568)
	障害者なんでも相談	20日(水)※要予約。	14時～16時	本郷福祉センター
		27日(水)※要予約。	10時～12時	久井保健福祉センター (☎0848・63・3319)
	成年後見専門相談	14日(木)※要予約。	14時～16時	サン・シープラザ3階 (☎0848・63・3359)
	心配ごと相談	29日を除く金曜日	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 (☎0848・63・0570)
		13日(水)・27日(水)		本郷福祉センター (☎0848・86・3607)
		5月13日(水)・20日(水)、6月3日(水)	9時～12時	久井保健福祉センター (☎0847・32・7101)
		8日(金)		大和保健福祉センター (☎0847・34・1214)
		15日(金)		大和人権文化センター (☎0847・33・1308)
	不動産相談	15日(金)	10時～15時	サン・シープラザ4階
	戦没者遺族相談	5月7日(木)・21日(木)、6月4日(木)	13時～16時	サン・シープラザ4階 社会福祉協議会 (☎0848・63・0570)
	行政相談	11日(月)		
教 育 ・ 子 育 て	学校生活・勉強などの悩み相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時～17時	リージョンプラザ2階 ※電話相談可。 三原ふれあい相談室 (☎0848・64・7201)
	学校生活の悩み・体罰などの相談	4日～6日を除く月～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(☎0848・67・6173) ※時間外は留守番電話で対応。
	療育・教育相談	5月25日(月)、6月1日(月)	13時～16時	サン・シープラザ4階 社会福祉協議会 (☎0848・63・0570)
	家庭児童相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時～17時	市役所本庁2階 家庭児童相談室 (☎0848・61・0121)
	児童虐待通告窓口	毎日	24時間	電話相談 保健福祉課(☎0848・67・6088)
健 康	アレルギー疾患相談	19日(火)※要予約。	13時30分～15時30分	県東部保健所 (尾道市古浜町) 県東部保健所 (☎0848・25・4641)
人 権	人権相談	21日(木)	13時～16時	サン・シープラザ4階 人権推進課 (☎0848・67・6044)
		4日～6日を除く月～金曜日	10時～16時	市役所本庁3階 人権文化センター (☎0848・66・1111)
				本郷人権文化センター (☎0848・86・3333)
				大和人権文化センター (☎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(☎0570・003・110)
	女性の人権相談 子どもの人権相談	4日～6日を除く月～金曜日	8時30分～17時15分	電話相談 女性の人権ホットライン(☎0570・070・810) 電話相談 子どもの人権110番(☎0120・007・110)
	女性相談	4日～6日を除く月～金曜日	9時30分～16時	市役所本庁2階 ※電話相談可。 女性相談室 (☎0848・61・0122)
災害警戒・災害対策本部専用電話			(☎0848・67・6868 ☎0848・67・6164)	

点字でもっと多くの情報を届けたい

小説や広報誌、郵便ポストの取集時刻を示すプレートなど、さまざまなものを点字に翻訳することで、視覚に障害のある人たちに情報を届けようと活動している人たちがいます。ボランティア団体「てんゆう会」の皆さんです。



ボランティア団体「てんゆう会」の皆さん

会員は約50人。ほとんどの人が会主催の「点訳ボランティア養成講座」を受講し、翻訳の技術を身に付けました。「受講するまで、点字について全く知らなかった。丁寧に教えてもらえたので、

きるようになった」と皆さんは話します。講座では横2点×縦3点の計6点の組み合わせで「かな」「アルファベット」「数字」などを表す点字の基礎などについて、先輩会員が熱心に教えています。



▲一つ一つ心を込めて作成しています

翻訳をする時は、元の文章を声に出して読むのがルール。聞こえた音をそのまま点字にするため、「わたしは」「わたしわ」「がっこう」などと表します。「読み方が分からないものは徹底的に調べる。書いてあることを正確に訳すことが大切」と会員の鳥飼曉子さんは話します。

また翻訳作業と同じくらい大切にしているのがその後の「校正作業」です。「誤った情報を届けることが一番怖い」と皆さん。翻訳後は分担して確認し合い、仕上げた物を福祉の施設や学校などに送っています。

※このコーナーでは、まちをもっと元気にしようと頑張っている人や団体を紹介します。

三原市の人口 (3月31日現在)	
※外国人住民を含む。	
※()内は前年同月との比較。	
世帯数	43,725 世帯 (+94)
人口	92,669 人 (-984)
男	44,599 人 (-298)
女	48,070 人 (-686)
人口移動の詳細については	
広島県 人口移動 月報	で検索

税などの納期 (普通徴収)	
○軽自動車税種別割	
○県税の自動車税	
納期限	6月1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(3月分)(Lden)	
▶正広局(本郷町善入寺正広)	=50.2
▶本郷局(本郷町船木川西上)	=52.3

今月の表紙 \ クローズアップ! /

円一保育所のあやめ組の子どもたち



今月の表紙は、円一保育所のあやめ組の子どもたち。昼食の前にせっけんをつけて一生懸命に手を洗っている様子を収めました。新型コロナウイルス感染症の感染予防にも欠かせない手洗い。皆さんも小まめに手を洗いましょう。

あ・と・が・き
緑が青空に映える5月。英語では青葉が美しい月とも称される爽やかな季節がやってきました▼広報担当になって3年目の春。課の名前が「広報戦略課」に変わり、新しい仲間も増えました▼日本人初のノーベル賞(物理学賞)受賞者湯川秀樹博士の有名な言葉、「一日生きることは、一歩進むことでありたい」。日々前に進めるよう、これまでの経験を生かしてより良い広報にしていきたいです(Y)