

広報

あなたの暮らしのそばに みはら

ギガ GIGAスクールが日常に

小・中学校に1人1台のICT 端末（クロームブック）の整備を完了しました。子どもたちは日常的にICT 端末を「文房具」のように使って学んでいます（中之町小学校で4月15日に撮影）

- 東京2020オリンピック
聖火ランナーの紹介…………… 3
- 新型コロナウイルス感染症に
関するお知らせ…………… 4
- 健康診査のお知らせ…………… 6
- 宇根山天文台などでのイベント情報…………… 12

広報みはらがいつでも見られる

LINE

三原市公式アカウント



▲友だち登録は
こちらから

5

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。

令和3（2021）年
第194号

まちのわだい

せとうちファンづくりなど、協定を続々締結

市は3月に5つの協定を結びました。①美作大学・美作大学短期大学部(岡山県)と「就職支援」に関して、②竹原市、尾道市、西日本旅客鉄道株式会社と「瀬戸内の資源や魅力を活かしたファンづくり」に関して、③佐川急便株式会社中国支店と「災害時における支援物資の配送など」に関して、④⑤株式会社ナフコ、有限会社理興 R & R レンタ

ル尾道それぞれと「災害時における支援協力」に関して協定を結びました。市では今後も民間企業や大学などと協力してさまざまな課題に取り組んでいきます。



▲①協定書に調印する鷗崎 実学長



▲③岡田市長と協定書を交換する山野茂盛三原営業所長(左)

関係人口創出に関する協定 ~せとうちファンづくり協定~



▲②協定書を掲げる左から竹原・三原・尾道の市長とJR西日本広島支社長

地域への感謝を込めて 大和図書館30周年

平成2年度に開館した大和図書館は3月27日、「大和図書館30周年感謝祭」を開催しました。当日は人形劇やワークショップ、講演会などのイベントが開かれたほか、稲作体験ができる家庭用ゲームの解説や大和図書館の歴史が分かるパネルの展示が行われ、子どもからお年寄りまで、思い思いに催しを楽しみました。



パネルで図書館の歴史を振り返る親子▶

消防団新入団員34人が 初訓練に挑む！

市消防団は4月11日、新入団員34人の入団式と研修会を市消防本部で行いました。辞令交付式や座学のほか、放水器具の使用方法や隊列の組み方などの実技演習も行われました。鷲浦分団の堀本 ゆかりさんは「要救助者が女性特有の悩みで助けを求めている時に、率先して関わっていきたい」と意欲を語りました。市消防団では随時、新入団員を募集しています。

☎消防本部警防課
0848・64・5924

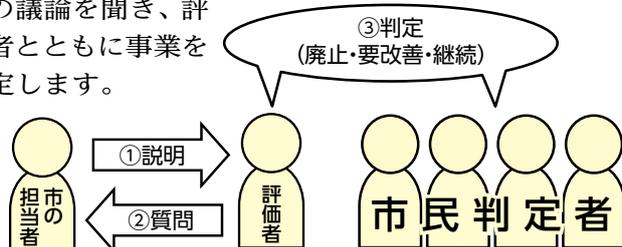


先輩団員(中央)から放水器具の使い方を教わる新入団員▶

市の業務を公開点検する事業レビューを実施します

事業レビューとは、市の事業の必要性や進め方などを外部の視点で点検するものです。学識経験者の評価者が、事業について市の担当者から説明を受け、質疑応答や議論をしながら点検します。

事業レビューには無作為に選ばれた市民判定者も参加します。市民判定者は評価者と市の担当者との議論を聞き、評価者とともに事業を判定します。



●市民判定者は無作為抽出で選ばれます

市民判定者の候補者を無作為で選び、応募はがきを送付します。積極的に参加していただき、意見を聞かせてください。

●今年度の実施予定

次の日程で、事業レビューを開催します。レビューの様子は自由に傍聴できます。

時 7月10日(土)・11日(日)10時~16時

所 市役所本庁舎

※希望者は直接会場へ。

☎ 経営企画課 0848・67・6280
FAX 0848・64・7101



東京2020オリンピック 聖火ランナーを紹介します

7月23日(金)～8月8日(日)開催予定の東京2020オリンピックの聖火リレーが5月18日(火)に三原市にやってきます。聖火リレーの実施に合わせて、広島県の実行委員会からランナーに選出された2人に、応募の理由や今の思いを聞きました。

○浜田 真太朗さん(21歳) 福山大学3年生



同じ病気を患っている人の 希望になりたい

僕は小学1年生の時に野球を始め、練習に打ち込んでいました。しかし、3年生の時に股関節が壊死する「ペルテス病」を発症。1年半の入院生活を送る中で、医師からは「もう野球はできないかもしれない」とまで言われました。

そんな中でも必死にリハビリを行い、思い切り動けるようになったのは6年生の時。「また野球ができる」という喜びをかみしめながら中学でも練習を続け、高校3年生の時には、約100人の部員の中から県大会のメンバーに選ばれました。

自分と同じ病気で苦しむ人たちに、この経験を伝え、希望を持ってもらいたいと思い、聖火ランナーに応募しました。

助けてくれた人たちに 感謝の気持ちを伝えたい

平成30年7月豪雨は、私の住む大好きなまちに大きな被害を与えました。

私の家の敷地内にも土石流が流れ込み、家の前の道は激流の川となり、自力では避難できない状態でした。

そんな辛い経験の中でも、救助してくださった消防士さんや、猛暑の中で復旧作業を手伝ってくれたボランティアの人たちの優しさに触れる事ができました。

助けてくださった皆さんへの感謝の気持ちと、同じような被害に遭って苦しんでいる人たちに勇気づけたいと思い、聖火ランナーに応募しました。この思いを胸に、元氣いっぱい走り切りたいと思います。

○河野愛加さん(13歳) 第一中学2年生



聖火リレーのコースと 交通規制区間のお知らせ

聖火リレーは円一町から東町に向かう約2kmのコースを通過します。観覧する場合は、**新型コロナウイルス感染症対策に協力してください。**

- ・マスクを着用し、声を出さずに拍手で応援してください。
- ・なるべく人との間隔を空けて、密にならないように注意してください。

●交通規制を行います

18日(火)13時5分～15時20分(予定)に交通規制を行います。交通規制中はコースの通行や横断はできません。



関スポーツ振興課 ☎0848・64・7219 FAX0848・67・5912

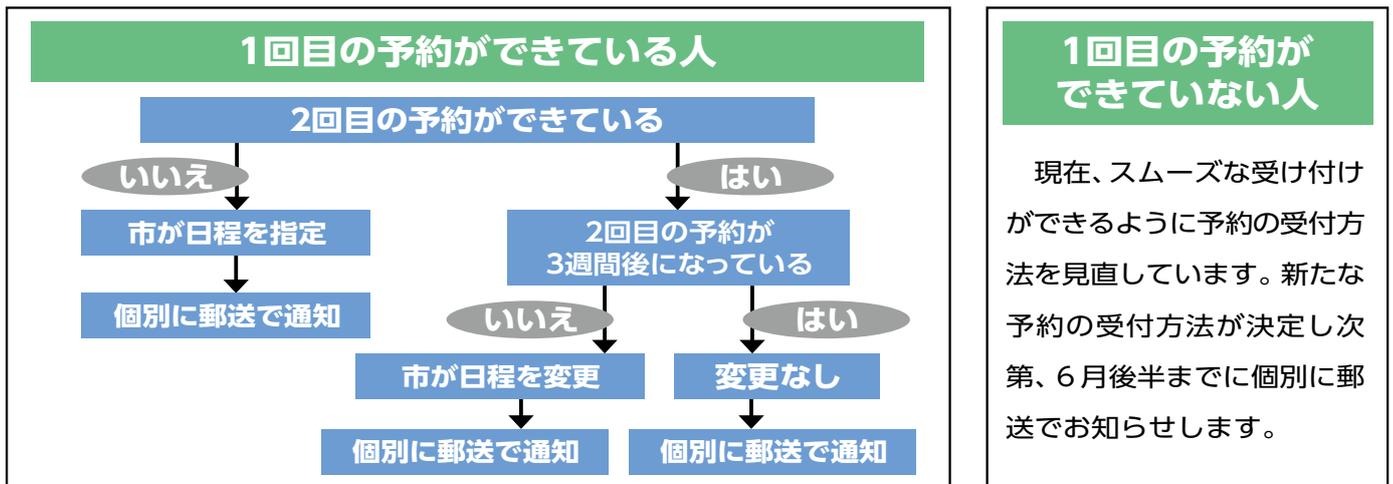
65歳以上の新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチン接種の予約は、7月4日までの予約枠が定員に達したため、受け付けを一時休止しています。

現在、確定しているワクチン供給量が少ないため、今後の状況を踏まえて予約を再開していきます。ワクチンは順次供給されます。希望する人は確実に接種できますので、安心してください。予約受付の再開については、ワクチンの供給状況を踏まえて個別に郵送でお知らせします。

65歳以上の対象者の接種の日程は個別に郵送します

市では、全ての人が1回目の接種から3週間後に2回目の接種ができるように取り組んでいます。そのため、次のように一人ひとりの日程を指定し、お知らせします。



医療機関での個別接種の準備を進めています

医療機関での個別接種はワクチンの供給が安定してから開始します。開始時期は7月ごろの見込みで、決定し次第、市からお知らせします。医療機関には直接問い合わせをしないでください。

新型コロナワクチン接種 Q & A

Q1. 予約をしたけれど、確実に予約できているか心配です

A1. 予約した日程は予約受付コールセンターで確認できます。

Q2. 2回目の予約ができていない・3週間後になっていないときはどうしたらいいですか

A2. 予約された1回目の接種日の3週間後に市が日程を指定し、個別に郵送でお知らせします。

Q3. 2回目の接種日の都合が悪くなったときはどうしたらいいですか

A3. 予約受付コールセンターに連絡してください。できるだけ早い日程に変更します。3週間を超えても、すぐに効果が無くなるわけではありません。

Q4. 接種券を失くしてしまいました

A4. 接種券は再交付ができます。予約受付コールセンターに連絡してください。

Q5. コールセンターは通話料がかかりますか

A5. 通話料金はオペレーターに繋がってから発生します。自動音声による案内中の通話料金は発生しません。

Q6. 65歳未満の人の接種予定は決まっていますか

A6. 国の方針で65歳以上の高齢者の接種から取り組んでいます。ワクチンの供給状況や高齢者の接種状況、個別接種の開始状況などを踏まえながら、早期開始をめざしています。

予約受付コールセンター(☎0570・026・025)

支援制度を紹介します

PayPayで最大30%のポイントを付与
地元のお店を応援しましょう ※条件を満たす店舗が対象。

市内の対象となるPayPay加盟店で、PayPayを使ったQRコード決済による支払いで、最大30%のポイントが付与されます。PayPayを使える人なら誰でも利用できます。

※対象店舗は12月に実施した店舗と異なることがあります。利用前に確認してください。

実施期間 5月6日(木)～7月31日(土)(予定)

ポイント付与上限額 1人1回の決済につき千円相当分(最大3万円相当分)

対象店舗 ①**市内に本店がある中小企業者が営む市内の店舗**

②**個人事業者が営む市内の店舗**

※詳しくは専用☎またはPayPayのアプリで確認してください。

☎事業継続支援実行委員会(商工会議所内☎080・2901・9852)



専用☎

その他の支援制度



▲「個人向け」支援制度の市☎

※ほかにも各種支援制度があります。市☎などで確認してください。

「事業者向け」支援制度の市☎▼



対象	制度名	内容
事業者	頑張る中小事業者 応援給付金(市) ☎商工振興課 ☎0848・67・6072	補助額 1事業者当たり30万円 ☎市内に宿泊業、旅客運送業、小売業(土産品、衣料品)、印刷業、サービス業(旅行業、貸衣装業、写真業、冠婚葬祭業)の事業所があり、県内に本店がある中小企業・個人事業主 ※「一時支援金(国)」、「頑張る飲食店応援金(県)」、「頑張る飲食店納入事業者応援金(県)」または他の自治体を実施する同様の補助金・給付金の対象事業者は除く。 要件 外出・移動の自粛により令和2年12月～令和3年2月のいずれかの月の売上が対前年度比で30%以上減少している。 申請期限 5月31日(月)まで
ひとり親世帯	子育て世帯生活支援 特別給付金(国) ☎子育て支援課 ☎0848・67・6045	☎児童1人につき5万円 ①令和3年4月分の児童扶養手当を受給している人(申請不要) ②公的年金などを受給していることで、令和3年4月分の児童扶養手当を受給していない人(要申請) ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている人(要申請) 支給日 ①5月11日(火)②③申請月の翌月以降

新型コロナウイルス感染症に関する情報は「三原市公式LINE」からも確認できます



発熱など風邪の症状がある場合はすぐに相談を

- 迷わずに「かかりつけ医」など身近な医療機関へ電話で相談し、指示に従いましょう。小児は小児科に相談しましょう。
- かかりつけ医がないなど、相談先に迷う場合は県の「積極ガードダイヤル」【24時間対応】(☎082・513・2567)に電話で相談しましょう。診察・検査ができる医療機関が紹介されます。
 ※電話での相談が難しい人は、家族など代理の人に電話で相談してもらいましょう。



年に一度は健診を受けましょう

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。

40歳以上の国民健康保険加入者にはオレンジ色の受診券を送付します。健診当日に提出すると無料で受診できます。

※詳しくは10ページを参照。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、次のことに協力してください。

- ・受診時はマスクを着用してください。
- ・体調不良のときは受診を控え、日程変更の連絡をしてください。

健診の受け方

①地域集団健診(バスで受ける健診) 〔久井・大和会場〕

とき	ところ	定員
7月12日(月)・13日(火)	久井保健福祉センター	各日200人
7月14日(水)・15日(木)	大和保健福祉センター	各日200人
7月16日(金)	神田公民館	200人

受付時間 8時30分～10時30分

健診項目・料金 表1のとおり

申 5月31日(月)(消印有効)までに、郵送または電子申請(市HP)で。郵送の場合は申込書(7・8ページ)を保健福祉課へ

※7月13日・15日は託児を行っています(要予約)。

※7月13日・14日は、胃がん検診を受けられません。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、日程などが変更となる場合があります。

②医療機関での個別健診

時 6月～令和4年3月

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日前までに各医療機関へ

※5月10日(月)から申し込みを受け付けます。

③休日健診

時 次の日曜日

10月17日・令和4年3月13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・67・7030)

※5月10日(月)から申し込みを受け付けます。

間保健福祉課

☎ 0848・67・6053

☎ 0848・67・5934

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) (★は令和4年3月末時点)	回数	料金	
			①地域集団健診	②医療機関での個別健診③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 (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	700円	1,100円または1,700円
胃がん検診	バリウム 胃カメラ	年度に1回	1,000円	1,700円
			実施なし	②3,000円
大腸がん検診	40歳以上の人	年度に1回	500円	
肺がん検診			200円	
			実施なし	②3,000円
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	①②400円 (経膈エコー検査などは、別途料金がかかります)	

※70歳以上(受診月の月末時点)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。

地域集団健診 専用申込書

- この申込書は、7月に実施する久井・大和会場の集団健診の申込書です。
- 集団健診は予約制です。当日の受け付けはできません。各会場とも定員になり次第、受け付けを締め切ります。受け付けできなかった場合は連絡します。
- 受診時間は市から指定しますので、必ず指定の時間内に来場してください。
- 申し込みをした人には、問診票など受診に必要な物を、受診日の1週間前に送付します。

新型コロナウイルス感染症の影響で、健診の日程などが変更
または中止になる場合があります

スマートフォンからも
申請できます。



▲市電子申請システム

裏面の申込書に必要事項を記入し、封筒にして投函してください

切り取り線 ✂

104
723-8790

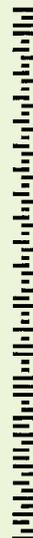
三原市保健福祉課健康増進係 行

三原市保健福祉課健康増進係 行

料金受取人私郵便



差出有効期間
2021年5月31日
まで(切手不要)



切り取り線 ✂

▲ 山折り線

締め切り

5月31日(月)消印有効

地域集団健診 7月実施 専用申込書

のりしろ

のりしろ



記入例

住所	三原市 港町三丁目5番1号	受診希望日 場所	7月13日 久井保健福祉センター 会場		託児希望 (7月13日 7月15日) のみ 2人 (0才10カ月 3才5カ月)							
電話	0848-67-6053	※受けた項目に○、受けない(受けられない)項目に×を記入してください。										
ふりがな	ほけん ふくこ	男 <input type="radio"/>	基本健診	特定健診		肝炎ウイルス	胃がん(バリウム)	大腸がん	肺がん(レントゲン)	前立腺がん	乳がん(マンモ)	子宮頸がん
名前	保健 フクコ											
生年月日	大正 <input checked="" type="radio"/> 昭和 53年5月1日 平成 (43歳)	受診券が必要 <input checked="" type="radio"/>	生涯に一度 <input type="radio"/>	7/13-14は実施なし <input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		

申込書 (記入面)

地域集団健診 専用申込書

※希望日・希望会場を必ず記入してください。
 ※いずれの会場も申し込み先着順です。
 ※受診時間は、市から指定します。
 ※新型コロナウイルス感染症の影響によっては、健診の日程等の変更または中止となる可能性があります。

【1人目】

健診・精密検査の結果を市が管理することに同意し、次のとおり申し込みます。

住所	三原市	受診希望日 場所	月 日 会場		託児希望 (7月13日 7月15日) のみ 人 ()							
電話	-	※受けた項目に○、受けない(受けられない)項目に×を記入してください。										
ふりがな		男 <input type="radio"/>	基本健診	特定健診		肝炎ウイルス	胃がん(バリウム)	大腸がん	肺がん(レントゲン)	前立腺がん	乳がん(マンモ)	子宮頸がん
名前												
生年月日	大正 昭和 年 月 日 平成 (歳)	受診券が必要 <input type="radio"/>	生涯に一度 <input type="radio"/>	7/13-14は実施なし <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		

【2人目】

健診・精密検査の結果を市が管理することに同意し、次のとおり申し込みます。

住所	三原市	受診希望日 場所	月 日 会場		託児希望 (7月13日 7月15日) のみ 人 ()							
電話	-	※受けた項目に○、受けない(受けられない)項目に×を記入してください。										
ふりがな		男 <input type="radio"/>	基本健診	特定健診		肝炎ウイルス	胃がん(バリウム)	大腸がん	肺がん(レントゲン)	前立腺がん	乳がん(マンモ)	子宮頸がん
名前												
生年月日	大正 昭和 年 月 日 平成 (歳)	受診券が必要 <input type="radio"/>	生涯に一度 <input type="radio"/>	7/13-14は実施なし <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		

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	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	肝炎ウイルス	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CT					託児	土曜日の健診	日曜日の健診	
二原地域	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	○	○			○		○				○	要相談	午前	
		小園内科・循環器科	0848・62・7525	○	○			○	○	○				○	○	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	
		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	
	さ行	坂田外科肛門科	0848・63・5555	○	○	○		○		○				○		午前	
		さんさん内科クリニック	0848・61・3171	○	○			○		○				○			
		柴田産婦人科皮膚科	0848・62・2525										○				
		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	○	○	○	○	○	○	○	○			○			
	た行	武井胃腸科内科	0848・62・3844	○	○			○		○				○		1日	
		ツネトウ胃腸科・外科	0848・67・0613	○	○			○		○				○		午前	
		つばい医院	0848・62・6767	○	○			○		○				○		1日	
		つばいクリニック泌尿器科内科	0848・64・0405	○	○			○		○				○		午前	
		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	午前	
	な行	なぎさ医院	0848・61・5551	○	○			○		○				要相談			
	は行	初鹿内科医院分院	0848・62・6482	○	○			○		○						午前	
		初鹿内科胃腸科医院	0848・62・5571	○	○			○		○						午前	
	ま行	松尾内科病院	0848・63・5088	○	○	○	○	○	○	○				○		午前	
		松下クリニック	0848・62・2493	○	○			○		○				○	要相談	午前	
		三菱三原病院	0848・62・7471	○	○	○	○	○	○	○				○			
		みはらえきまえクリニック	0848・63・5000	○	○			○		○				○		午前	
		三原市医師会病院	0848・67・7030	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○			年2回
		三原城町病院	0848・64・1212	○	○			○	○	○	○			○			
		三原赤十字病院	0848・64・8111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
みやもり医院		0848・67・9655	○	○			○	○	○				○	要相談	1日		
や行	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		
尾道市	公立みつぎ総合病院	0848・76・1111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					

※1 興生総合病院の土曜日に受けられるのは、子宮頸がん検診のみです。



国保だより

特定健診を受けましょう

特定健康診査(メタボ健診)

対40歳以上の国民健康保険(国保)加入者
 ※対象者には、6月上旬に受診券(オレンジ色)を送付します。

時 6月～令和4年3月

料 無料

受診方法 ①地域集団健診②個別健診③

休日健診④国保人間ドック

①7・8ページの専用申込書を保健福祉課へ②③6・9ページを参照④表1

の実施医療機関へ

※5月10日(月)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、6ページを参照。

表1

国保人間ドック実施医療機関	
三菱三原病院	松尾内科病院
三原赤十字病院	三原城町病院
興生総合病院	本郷中央病院
三原市医師会病院	公立くい診療所
須波宗斉会病院	大和診療所
山田記念病院	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。

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	5,300円	表1の国保人間ドック実施医療機関へ
肺レントゲン検査	8,100円	
胃バリウム検査 肺低線量CT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、元号が偶数年生まれの人のみ対象です。

国保人間ドック

対40歳以上の国保加入者

時 6月～令和4年3月

料 表2のとおり

申 表1の実施医療機関へ

※5月10日(月)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。同じ年度に地域集団健診、個別健診、休日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。

国保医療課

TEL 0848・67・6050
 FAX 0848・64・2130

「スポーツサポートプログラム」の受講生を募集 ～大会を支えて選手たちと感動を共有しませんか～

スポーツサポートプログラムは、ボランティアとしてさまざまなスポーツ大会を支えるスタッフの育成をめざすプログラムです。

スポーツを支えることで、選手たちと感動や興奮を共有してみませんか。

- 対 8月 キックオフミーティング
 - 9月 サンフレッチェ広島と横浜F・マリノスの試合をサポートする様子と試合の見学
 - 10月 ミーティング
 - 11月 サッカー教室のサポートを実践
- 対 高校生以上

※19歳以下の人は保護者の同意が必要です。

定 40人(要申し込み)

募集要項・申込書の配布場所

スポーツ振興課、市HP

料 4,000円

※試合会場の入場料や会場までのバス料金などを含みます。

申 31日(月)(必着)までに持参または郵送で、申込書をスポーツ振興課(〒723-8601港町三丁目5番1号)へ

問 スポーツ振興課 TEL 0848・64・7219



▲市HP

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
FAX0848・64・4103

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
	短期運転資金	長期運転資金	設備資金	運転資金(原則)
資金使途	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
貸付限度額				
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なっています。

☎中国労働金庫三原支店(☎0848・62・4128 FAX0848・64・0318)

種類	労働者金融対策資金貸付	
	住宅・教育・医療費・介護・冠婚葬祭	生活支援
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2.31%(固定)	年2.15%(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。

児童扶養手当と障害年金の併給が見直されました

障害基礎年金を受給している人の児童扶養手当の算定方法が令和3年3月分から変更となりました。

これまで障害基礎年金を受給していたため、児童扶養手当を受け取れなかった人でも併給できる可能性があります。

詳しくは子育て支援課にお問い合わせください。
※所得や居住の状況によっては、受給できない場合があります。

※児童扶養手当の認定を受けていない人は申請が必要です。

※令和3年3月1日時点で要件を満たしている人は、6月30日までに申請すると3月分の手当から受給できます。

☎・☎子育て支援課(☎0848・67・6045 FAX0848・64・2130)

※イベント・行事は規模の縮小や、延期・中止となる場合があります。事前に確認してください。

リージョンプラザ

映画のつどい

料 1,800(1,500)円、大学生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

22日(土) ①10時30分～12時16分
②13時30分～15時16分



©2021「大コメ騒動」製作委員会

大コメ騒動

大正時代に「米騒動」で活躍した女性たちの姿を痛快に描いた物語です。

23日(日) ①10時30分～12時20分
②13時30分～15時20分



©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2020

映画ドラえもん のび太の新恐竜

「映画ドラえもん」の記念すべき通算40作品目。完全オリジナルストーリーで贈る、双子の恐竜との友情の物語です。

第30回 三原さつき祭り

30日(日) 10時～16時

所 芸術文化センター ポポロ

内 子ども向けのイベント、さつきステージ、絵手紙の展示会など
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、飲食物の販売などはありません。

※さつきステージの会場は出演関係者のみ入場できます。ステージの演目は三原テレビ放送で生放送されます。

問 三原さつき祭り実行委員会(商工会議所内) (☎0848・62・6155)



▲公式キャラクター さつきー



▲三原さつき祭り公式HP

宇根山天文台

入館料 310円、中高生210円、小学生100円、小学生未満無料

ゴールデンウィークの特別開館

1日(土)～5日(水・祝) 10時～17時、18時～22時

こどもの日観望会

5日(水・祝) 18時～22時

内 プラネタリウムの鑑賞、惑星や春の大三角・大曲線の観望



▲市HP

皆既月食観望会

26日(水) 18時～22時

内 日本では3年ぶりとなる皆既月食の観望

問 生涯学習課(☎0848・67・6147)、宇根山天文台(☎0847・32・7145※開館日のみ。)

ダンス・フィットネス教室の参加者を募集しています 5月開講

リージョンプラザでは、毎週金曜日にダンスやフィットネスなどの教室を開講します。

教室名	とき	内容	定員	料金
タイチーダンス	第1・3金曜日11時～11時45分、 第2・4金曜日10時～10時45分	アジアの音楽に合わせて踊る台湾発のエクササイズ	15人	1レッスン 1,000円
シナプソロジー ×ストレッチ教室	第1・3金曜日10時～10時45分、 第2・4金曜日11時～11時45分	左右で違う動作など、慣れない動きで脳や五感に刺激を与えるプログラム	15人	1レッスン 1,000円
サルセーション	毎週金曜日19時～19時45分	さまざまなジャンルの音楽を聞き、歌詞の意味を身体で表現するエクササイズ	30人	1レッスン 800円
ストロングネーション	毎週金曜日20時～20時45分	音楽や効果音に合わせて運動強度を変えていくトレーニング	30人	1レッスン 800円

※詳しくはリージョンプラザHPで確認してください。

申・問 リージョンプラザ(☎0848・64・7555)

▶リージョンプラザHP



芸術文化センター ポポロ

ポポロで第九を歌おう 合唱団員募集

一般の人でも参加できる演奏会「ポポロで第九を歌おう」を開催します。合唱団に参加して、ベートーベンの第九を歌いませんか。

12月26日(日)18時～

※7月から12月まで月2回程度、練習を行います。

コース ①はじめての第九(初心者向け)②第九を歌おう(経験者向け)

対市民または三原市近郊に住んでいる人

定80人程度(要申し込み)

料3,000円(楽譜代を含む)

申5月31日(月)までにポポロHP専用
申込フォームから

※詳しくはポポロHPで確認してください。



▲ポポロHP

文化ボランティアを募集しています

ポポロの公演や広報のサポートを行うボランティアを募集します。

活動期間 事前研修修了後～令和4年3月末

対市民または三原市近郊に住んでいる人

定30人程度

申5月31日(月)までにポポロHP専用申込フォーム
から

※詳しくはポポロHPで確認してください。

本郷生涯学習センター

映画鑑賞会

5月15日(土)①10時30分～②13時30分～

にちこれこうじつ
日日是好日

大学生が茶道を通して進む道を模索していく姿を描いた物語です。

料1,200(1,100)円、

高校生以下1,000(800)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 ポポロ、本郷生涯学習センター ほか

問芸術文化センター ポポロ(☎0848・81・0886)



©2018「日日是好日」製作委員会

佐古 季暢子マンドリン・リサイタル ～マンドリンで紡ぐ物語～

5月23日(日)14時～

入場券販売中

世界各国で演奏活動を行ってきた佐古 季暢子が奏でるマンドリンの音色を堪能してください。

予定曲 中島 みゆき/糸、H.アーレン/虹の彼方にほか

料1,500円

※小学生から入場できます

販売場所 ポポロ、ポポロ
オンライン



▲佐古 季暢子

古澤 巖 バイオリンの夜 ～ストラディバリウスの名器 「サン・ロレンツォ」を弾く～

6月6日(日)15時～

全席指定
入場券販売中

予定曲 サン＝サーンス/序奏とロンドカプリチオーソ、モンティ/チャルダッシュ ほか

田古澤 巖(バイオリン)、金益研二(ピアノ)

料5,000円、25歳以下1,500円

※小学生から入場できます。

販売場所 ポポロ、ポポロ
オンライン ほか



▲古澤 巖

問芸術文化センター ポポロ(☎0848・81・0886)

エキマエにおいでよ!

JR三原駅前のキオラスクエアやペアシティ三原西館、各図書館などの情報を紹介します。

キオラスクエア 広場・三原駅前スペース サテラス

●ママケンサタデー

新型コロナウイルスの感染拡大により延期していた女性の健康づくりを応援するイベント「ママケンサタデー」を開催します。今回は「ストレス発散・コントロール」をテーマに、ストレスの無料測定や癒しの効果があるといわれる曼荼羅^{まんたら}アートの体験ができるほか、三原市出身のトライアスロン選手・福元テツローさんの「ストレスケア体操」の実演もあります。

時 15日(土) 10時～15時

※申し込み不要。

所 健康シティ No 1 三原実行委員会
事務局(☎0848・63・5584)



▲専用フェイスブック



●青果市

時 8日(土) 9時～12時

所 広場

内 旬な野菜や果物の販売

所 おかず工房三原駅前店(☎0848・29・5300)

●日曜のんびり市

時 16日(日) 10時～13時

所 広場

内 手作りのパンや焼き菓子、新鮮な野菜などの販売

所 きはら楽観堂(☎090・1182・5781)

ペアシティ三原西館2階 児童館「ラブラフ」のイベント

●観劇会

時 9日(日) 11時～12時

所 エンジェルティアール
Angel Tear

所 三原高校演劇部

内 3歳児～18歳

定 20人(要申し込み)

●ママチャレンジ

時 14日(金) 10時30分～11時45分

所 ペアシティ三原西館4階

内 ストレス低減法の一つ「マインドフルネス」を学ぶ

内 18歳までの子の母親

※託児有り。

定 10人(要申し込み)

●歩くワンワンづくり

時 15日(土) 10時30分～11時30分

内 牛乳パックを使った歩く犬の工作

内 保護者と0～2歳児

定 10組(申し込み不要)

●親子ストレッチ

時 19日(水) ①10時～10時30分②
10時45分～11時15分③11時
30分～12時

内 保護者と①0歳児②1歳児③2～5歳児

定 各5組(要申し込み)

開館時間 10時～19時

休館日 毎週火曜日

所 甲・岡(☎☎兼用0848・67・1123)

※申し込みは5日(水・祝)から。

●スマイルママ広場

時 21日(金) 10時～12時

内 赤ちゃんとの接し方やお母さんのストレッチなど

内 母親と5カ月までの子

定 5組(要申し込み)

用 バスタオル、母子健康手帳



ペアシティ三原西館2階 市民ギャラリーの催し

●第3回水墨・墨彩画同好グループ展

時 10日(月)～16日(日) 10時～17時(10日は12時から、16日は16時まで)

●三原やっさ踊り振興協議会 公開踊り練習

時 11日(火) 18時30分～

●直美の部屋コンサート

時 19日(水) 14時～

所 宮内 くにえさん(ハープ)

定 70席





商業施設・駐車場
(サテラスを含む)

中央図書館

キオラスクエアをJR三原駅側からドローンで撮影
©旭鉄工(株) 西本 貢さん

広場

キオラスクエア 中央図書館

開館時間 9時30分～20時

休館日 第1火曜日

☎0848・62・3225



▲図書館HP

●アフタヌーンコンサート

時16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。



▲昨年度に開催されたアフタヌーンコンサート

●本の展示

■お母さん、ありがとう

時9日(日)まで

☑「母の日」に合わせてお母さんが登場する絵本などの展示

■お出かけを楽しもう!

時13日(木)～31日(月)

☑心地よい風を感じながらお出かけしたくなる本の展示



■小早川隆景 追悼展

時6月15日(火)まで

☑6月12日の隆景公の命日に合わせて、小早川隆景や毛利家に関する資料の展示

■瀬戸内海・島想い

時31日(月)まで

☑瀬戸内海にちなんだ村上水軍やしなまみ海道に関連した本の展示



■大志を抱け! 特集

時31日(月)まで

☑高校や大学の進路、将来の職業などに関する本の展示

●読書会

課題本を読んだ感想などを語り合う会です。

時24日(月)13時30分～15時

☑課題本「シッダールタ」(ヘッセ/著)を読み解く

各地の図書館イベント

開館時間 10時～18時 休館日 毎週火曜日、祝日

本郷図書館(☎0848・85・0703)

■本の展示 サイクリングはいかが?

時31日(月)まで

☑さわやかな季節に、サイクリングや散歩に出かけたい本本の展示



久井図書館(☎0847・32・7138)

■本の展示 散歩が楽しくなる本

時5月13日(木)～6月14日(月)

☑散歩の途中で出会う空や雲、動物物などに関する本の展示

■手話によるおはなし会

時22日(土)13時30分～13時50分

☑しゅわしゅわ村のどうぶつたちほか

大和図書館(☎0847・33・1115)

■本の展示 楽しもうファーム!

時13日(木)～31日(月)

☑野菜・果樹の栽培や獣害対策に関する本・DVDの展示



生活情報 掲示板

献血に協力を

時・所①8日(土) 10時～12時、
13時15分～16時・フジグラン
三原②30日(日) 10時～12時、
13時15分～16時・ランドマー
ク三原

問 保健福祉課(☎0848・67・
6205 ㊟0848・67・59
34)

Jアラート情報伝達試験を実施

地震や津波、武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を利用した全国一斉情報伝達試験を実施します。屋外スピーカーやFM告知端末ラジオ、FMみはら(87.4メガヘルツ)で試験放送が流れます。市のメール配信システムに登録している人には試験メールが届きます。

時 19日(水)11時から1分間程度

問 危機管理課(☎0848・67・
6066 ㊟0848・67・61
64)

証明書のコンビニ交付業務を休止

システムの移設作業に伴い、コンビニなどに設置されているキオスク端末で、住民票の写しなどの各種証明書を取得できるサービスを休止します。

時 5月1日(土)～5日(水)、21
日(金)終日、6
月1日(火) 6時
30分～10時



市HP

問 市民課(☎0848・67・60
47)、税制収納課(☎084
8・67・6034)

経済センサス活動調査に協力を

時 5月下旬～6月中旬

対 市内の全ての事業所・企業

調査方法 調査員が調査票などを配布・回収

※インターネットによる回答もできます。

※詳しくは市HPで確認してください。



市HP

問 総務課(☎0848・67・60
22)

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①～⑤に当てはまる人

	所有者	運転者	使用目的
①	本人	本人	問わない
②	家族	本人	本人の通学・通院・通所など
③	本人	家族	
④	家族	家族	常時介護者
⑤	身体障害者などのみで構成される世帯の構成員	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通知カード及び本人確認ができる物、令和3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。

※詳しくは市HPで確認してください。



市HP

申 24日(月)までに市民税課(市役所本庁2階☎0848・67・6030)または各支所へ

自転車の交通事故を無くそう

5月は「自転車マナーアップ

強化月間」です。自転車安全利用五則を守って交通事故を無くしましょう。

●自転車安全利用五則を守ろう

①自転車は車道が原則、歩道は例外

②車道は左側を通行

③歩道は歩行者優先で車道寄り
を徐行

④安全ルールを守る

・飲酒運転の禁止

・二人乗り・並進の禁止

・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認



市HP

⑤子どもはヘルメットを着用

問 生活環境課(☎0848・67・
6178)

民生委員・児童委員は身近な相談相手です

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。

民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手です。地域で見守りを行い、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ています。気軽に相談してください。

問 高齢者福祉課(☎0848・
67・6055 ㊟0848・64・
2130)

エネファームと蓄電池の設置費を補助

☑ エネファームと蓄電池(太陽光発電システムと併用)を設置、またはそれらが付いた住宅を購入する人

※詳しくは市HPで確認してください。

補助額 上限7万円

申請書(市HPに用意)を生活環境課(☎0848・67・6194)へ



危険なブロック塀の除却・建替費を補助

☑ 避難路に面する一定規模以上の危険なブロック塀の除却・建替費を上限30万円まで補助

※詳しくは手引き(建築指導課、市HPに用意)を確認してください。

申請書(市HPに用意)を建築指導課(☎0848・67・6122)へ

木造住宅の耐震診断・耐震化工事費を補助

☑ 耐震診断を自己負担額1万円

円で実施②耐震改修費・建て替え費(居住誘導区域内に限る)を上限100万円まで補助③除却費を上限50万円まで補助

☑ ①②③昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅

※詳しくは手引き(建築指導課、市HPに用意)で確認してください。

申請書(市HPに用意)を建築指導課(☎0848・67・6122)へ

催し

三原市ボランティア交流会in久井

時 6月13日(日)13時〜15時
所 久井保健福祉センター
定 60人(要申し込み)
申 5月31日(月)までにボランティア・市民活動サポートセンター(☎0848・67・9339)へ

憲法を学ぶ市民のつどい

時 7日(金)18時30分〜20時
所 中央公民館2階
演題/講師 コロナ禍から憲法を考える/広島大学教授 新井 誠さん

定 100人(申し込み不要)
個人権推進課(☎0848・67・6044)

水泳教室の体験会

時 31日(月)16時40分〜18時40分
所 リージョンプラザ
☑ 3歳以上の障害のある人と家族(要申し込み)
申 28日(金)までにみはらスイミー阿部さん(☎090・4147・6856)へ



男性の料理教室

時 20日(木)10時〜13時
所 サン・シープラザ3階
☑ 65歳以上で1人暮らし、または介護中の男性
定 20人(要申し込み)
料 3000円
申 13日(木)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ



手もみ煎茶づくり体験会

時 16日(日)9時〜15時
所 かわなし皆来館(大和町棕梨)
定 16人(要申し込み)
料 3500円(昼食代・土産の代)

「みはらだるま茶器」代を含む
申 12日(水)までにまほろばくろたに事務局 和氣さん(☎090・7508・7754)へ

第11回北方グラウンド・ゴルフ場 森のおさるさん月例会

時 10日(月)8時〜
※小雨決行。

所 申 北方グラウンド・ゴルフ場(本郷町上北方 ☎0848・86・0920)

定 200人(要申し込み)
料 800円

※年間券を持っている人11500円。市外在住の人11000円。
申込期限 7日(金)まで

第40回「森のおさるさん杯」男女ペア大会

時 24日(月)8時〜
※小雨決行、悪天候の場合は25日(火)に順延。

所 申 北方グラウンド・ゴルフ場(本郷町上北方 ☎0848・86・0920)

料 10500円
※年間券を持っている人11750円、市外在住の人11250円。
定 72組(要申し込み)
申込期限 21日(金)まで

城下町てくてくウォーク

時 8日(土)・22日(土) 10時30分
〜12時

所 集合：うきしろロビー

内 三原城天主台

跡や船入櫓な
ど希望する場

所を案内(申
し込み不要)



問 三原観光協会(☎0848・
67・5877)

三原だるまを作ろう

時 3日・5日を除く月水曜日13
時〜16時、土曜
日10時〜12時

所 うきしろロビー

内 土台作り、面相
描き

料 600円(要申
し込み)



申 三原観光協会(☎0848・
67・5877)

三原人形絵付け体験教室

時 3日・5日を除く月水曜日13
時〜16時、土曜日10時〜12時

所 うきしろロビー

料 600円(要申し込み)

申 三原観光協会(☎0848・
67・5877)

市民合気道体験教室

時 5月8日(土) 10時〜11時30分
※8月を除く毎月第2土曜日に
開催。

所 武道館

※申し込み不要。

問 三原市合気道

連盟 池内さん(☎0848・
69・2103)



危険物取扱者試験

時・所 ①6月20日(日) Ⅱ広島市

②6月27日(日) Ⅲ福山市・三

次市 ③7月4日(日) Ⅳ三原

市・呉市

申請期間 ①5月14日(金)まで

②5月14日(金)〜21日(金) ③

5月21日(金)〜28日(金)

※電子申請は①5月11日(火)ま

で②5月11日(火)〜18日(火) ③

5月18日(火)〜25日(火)。

●試験準備講習会

時 5月18日(火)

所 消防本部(宮浦二丁目)

●保安講習

時 7月13日(火)・
14日(水)

所 消防本部(宮浦
一丁目)



受付期間 5月6日(木)〜19日
(水)

※申込書は消防本部、各消防署・
出張所で配布。

問 消防本部予防課(☎0848・
64・5927 FAX0848・64・
5911)

募集

市営住宅の入居者

申込期間 17日(月)〜28日(金)

8時30分〜17時30分

申込期間・問い合わせ先 三原

市営住宅管理グ

ループ窓口(宮浦

四丁目 ☎084

8・62・1800)

対 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HPまたは

17日(月)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。

※申し込み多数の

場合は抽選。

県営住宅の入居者

申込期間 6月15日(火)〜17日
(木) 8時30分〜17時

所・問 堀田・誠和共同企業体住宅

管理センター(宮浦四丁目 ☎
0848・61・2215)

※募集住宅など、詳し

くは6月8日(火)から

申込場所で配布する資

料で確認してください。

小学生やっさ三味線教室の受講生

時 5月22日(土)、6月12日(土)・
26日(土)、7月10日(土)・24

日(土)、8月7日(土)(全6
回)

※いずれも10時〜12時。

所・申 中央公民館(☎0848・
64・2137)

内 三味線の指導

対 小学4〜6年生

定 12人(要申し込み)

申込期限 5月21日(金)まで

受付日時 6月1日(火)10時〜
16時

申 作品と出品料(送料を含む)、
申込書(文化課・市民ギヤラ

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)をリージョンP
ラザへ

問 文化課(市役所本庁6階 ☎
848・64・9234)



みはら能地フィッシャリーナの 利用希望者

所 能地漁港のプレジャーボート
係留施設(幸崎能地四丁目)
募集区画 定期係留施設(海上)
若千数



※利用料や区分・空き状況など詳しくは募集要項(提出先、市HPに用意)で確認してください。

申 14日(金)までに農林水産課
(☎0848・67・6077)へ

古文書等整理ボランティア なるための基礎講座の受講生

市が所蔵する古文書などの整理(月2回程度)をする「古文書等整理ボランティア」になるために必要な古文書などの知識や扱い方を習得する基礎講座の受講生を募集します。

時 6月19日(土)、7月17日(土)、
8月21日(土)、9月18日(土)、
10月16日(土)(全5回)
※いずれも13時30分~15時。

所 中央公民館

講師 県立広島大学名誉教授
秋山伸隆さん

定 30人(要申し込み)
料 2000円

申 5月25日(火)(消印有効)までに往復はがきに①郵便番号・住所②名前(ふりがな)③年齢④電話番号⑤ボランティアが可能な曜日を入力し、文化課〒723-8601 港町三丁目5番1号(☎0848・64・9234)へ
0848・67・5912へ

2021三原ミスマツヤ

資 次の全てを満たす人

- ① 市内在住・在勤・在学の18歳以上(高校生は除く)
- ② 観光アシスタントとして三原市をPRできる
- ③ 活動について勤務先の了承を得ることができる

※副賞有り。



申 7日(金)までに

応募用紙または三原やっさ祭りHPから
HP 三原やっさ祭り

問 三原やっさ祭り実行委員会
(商工会議所内 ☎0848・62・6155)

みかんの花香る海浜セラピー® inさざしま ツアー参加者

時 22日(土) 8時40分、
※雨天決行。

所 集合 三原港

定 20人(要申し込み)

料 3000円(昼食・保険料を含む)
※別途、乗船料が必要。



申 14日(金)までに三原観光協会
(☎0848・67・5877)へ

環境審議会委員

任用期間 7月~令和5年6月
報酬(日額) 7100円

内 環境基本計画の進捗状況や実施計画の審議

資 市内に住民登録し、2年以上居住する20歳以上の人

定 若干名

申 5月17日(月)(消印有効)まで

応募用紙(提出先、各支所市HPに用意)と「地球温暖化対策」の作文(800字以内)を郵送持参、ファクスまたはEメールで生活環境課(〒723-8601 港町三

丁目5番1号 ☎0848・67・6194 ☎0848・64・4103 seikatsukankyo@city.mihara.hiroshima.jp

「光熱費節約大作戦」の参加者

光熱費節約大作戦は家庭で省エネを実践し、その結果を電気使用量の数値で確認する取り組みです。数値を専用のはがきに記入し、郵送してください。参加賞として西野で作られた地ビールがもらえます。
※専用はがきは5月31日(月)まで生活環境課で配布。

応募期限 8月31日(火)まで
定 40人

問 かんきょう会議浮城 村上さん
(☎070・3968・3564)

宇根山家族旅行村の利用者

宇根山家族旅行村にはテントなどで宿泊できる「オートキャンプ場」と、バーベキューなどができる「デイキャンプ場」があります。近隣には天体観測やプラネタリウムが楽しめる宇根山天文台もあります。

時 11月までの土日

曜 日と祝日

※ゴールデンウィーク期間中なども利用可能。詳しくは市HP

を確認してください。

所 宇根山家族旅行村(久井町吉田10385番地4)

内 オートキャンプ場(車を横付けしてテントが張れる区画) 34区画、デイキャンプ場(バーベキューかまど付き日帰りキャンプ用区画) 10区画

料 1日1区画 110円、1泊2日 2140円
※キャンプ用具の有料レンタルがあります。



ふるさと納税の返礼品 を出品する事業者

市では寄付をした市外の人に、地場産品を返礼品として送付しています。自社の商品を返礼品として出品しませんか。新たなファンの獲得や販路の拡大が期待できます。特に食料品や日用品の出品業者を求めています。

対 市内の地場産品などを取り扱っている事業者

※詳しくは市HPで確認してください。

問 広報戦略課(☎0848・67・6007)



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。マスクの着用により熱中症になる危険性はさらに高まります。「小まめに水分を取る」「扇風機を使う」「外出するときは帽子をかぶる」など、熱中症にならないように注意しましょう。

マダニに注意を

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。



岡県東部保健所(☎0848・25・4640)

ウォーキングのまち三原 推進事業提案団体を募集

健康増進を目的に、ウォーキングイベントを実施する団体にウォーキングコースの整備・運営に必要な活動費を補助します。ウォーキングで三原のまちを元気にしましょう。

申込期間 5月10日(月)～6月30日(水)

市民活動団体や住民組織、住民組織で構成された連合組織
申 保健福祉課(☎0848・67・6053) FAX 0848・67・5934

運動普及リーダー 育成講座の受講者

時 7月～10月(全6回)
※初回は9時30分～12時。2回目以降は10時～12時。

所 本郷生涯学習センター
内 運動についての講義や実習
講師 健康運動指導士 松本直子さん

対 おおむね75歳以下で、講座に4回以上参加でき、受講後にウォーキング大会などのスタッフとして活動できる人
定 20人(要申し込み)



▲市HP

第4回森林浴健康ウォーキング

時 15日(土)9時～12時
※少雨決行。

所 中央森林公園 公園センター前広場

※駐車場は第1駐車場を利用してください。

内 ウォーキング(2kmコース、4kmコース)

定 50人(要申し込み)
※中学生以下は保護者同伴。

申 7日(金)までに本郷保健福祉センター(☎0848・86・3609) FAX 0848・86・6820へ

第2回ビーチ ウォーキングすなみ

時 30日(日)9時30分～

所 すなみ海浜公園

内 ウォーキング(浜辺周回コース1.1km、皇后八幡神社コース2.3km、4.6km)

※小・中学生は保護者同伴。

定 100人(要申し込み)

申 24日(月)までに保健福祉課(☎0848・67・6053) FAX 0848・67・5934へ



こんにちは

臨床心理士です

発見が難しい大人の発達障害

「集団になじめない」「学習が難しい」などから気付くことの多い発達障害。しかし、「本人が無理して集団に合わせ続ける」「周囲が気付くのに遅れる」などの原因で、大人になってから発達障害があることに気付く場合も少なくありません。その場合、精神疾患や引きこもりなどの症状が出てから発見されることが多く、本人も周囲の人も、非常に辛い思いをしています。

そうなる前にできるだけ早く、本人や周囲の人が発達障害の特性を理解し、その特性に合った生活の仕方を工夫することが必要です。その際、本人や家族で抱え込まず、専門家のアドバイスや支援を受けることが役に立ちます。

市では、毎月定期的に、保健師や臨床心理士が発達に関する相談を受け付けています(21ページの「若者の発達相談」参照)。何か気になることがあれば、気軽に保健福祉課(☎0848・67・6359)に連絡してください。

三原市臨床心理士 たつみけんいち 辰己健一さん

第6回高坂ノルディック ウォーキング

時 6月6日(日)8時30分～

所 高坂自然休養村管理センター

内 ウォーキング(6kmコース)

※小学生以下は保護者同伴。

料 2000円、小学生以下無料

申 6月5日(土)までにもみじの郷代表 先小山さん(☎090・3743・5131)へ

市HPで認知症チェックを

物忘れなどの認知症の症状を簡単にチェックできるサイトを

精神保健福祉相談

時 19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 11日(火)までに県東部保健所(☎0848・25・2011)へ



▲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。「整理整頓ができない」「指示を覚えられない」「コミュニケーションがうまくいかない」など、心配事がある場合は気軽に相談してください。



時 6日(木)・19日(水) 9時～17時

※要申し込み。

所 申 保健福祉課(市役所本庁2階)
☎0848・67・6359 FAX 0848・67・5934

11歳の相談室「ひなえ」

時 4日・5日を除く毎週火・水曜日 9時～18時30分

所 岡カウンセリングルームここケア(西町一丁目) ☎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

子育て 応援



連休の小児科救急当番医院

連休の小児科当番医院



とき	ところ
2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
3日(月)・4日(火)	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・62・3113
5日(水)	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

離乳食教室

時 14日(金) 10時～10時40分
所 サン・シープラザ3階
内 離乳食の進め方など

対 7～9カ月児の保護者
定 各5人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 7日(金)までに保健福祉課
☎0848・67・6061 FAX 0848・67・5934

ももちゃんくひび

時 6月4日(金) 9時30分～11時
所 申 大和保健福祉センター ☎0847・34・0960 FAX 0847・34・0299

内 親子で楽しめる室内遊び

対 未就園児と保護者

定 10組(要申し込み)

申込期限 5月28日(金)まで

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。心配な事がある場合は気軽に相談してください。

時 3～5日を除く毎週月・金曜日 9時～17時

所 サン・シープラザ3階または保健福祉課(市役所本庁2階)
対 18歳未満の子と保護者(要申し込み)

申 保健福祉課 ☎0848・67・6359 FAX 0848・67・934

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。

●地域子育て支援センターでのすくすく育児相談①

時 7日(金) 10時～12時
所 申 あんず認定こども園 ☎0848・69・1641
内 保健師・栄養士・歯科衛生士・保育士による相談
対 乳幼児の保護者
定 8人(要申し込み)
用 母子健康手帳
申込期限 相談日の前日まで

母乳相談・卒乳相談

時 13日(木) 10時～12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 出産前後または子育て中の人
定 2人(要申し込み)
用 母子健康手帳
申 相談日の前日まですくすくへ

●栄養士のごはんの相談

時 13日(木) 10時～12時のうち1時間
所 サン・シープラザ3階
内 離乳食や幼児食についての相談
対 乳幼児の保護者
定 2人(要申し込み)
用 母子健康手帳
申 相談日の前日まですくすくへ

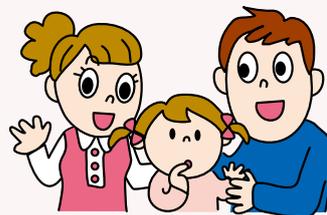
●マタニティスクール

時 25日(火) 10時～12時
所 サン・シープラザ3階
内 妊娠中の生活と出産について
対 妊婦
定 5人(要申し込み)
用 母子健康手帳
申 開催日の前日まですくすくへ

市役所本庁2階 保健福祉課内
申 岡 ☎0848・67・6217
FAX 0848・67・5934

●地域子育て支援センターでのすくすく育児相談②

時 27日(木) 10時～12時
所 申 久井認定こども園 ☎0847・32・6888
内 保健師・栄養士・歯科衛生士・保育士による相談
対 乳幼児の保護者
定 8人(要申し込み)
用 母子健康手帳
申込期限 相談日の前日まで



〜知っ得情報〜



賃貸住宅を退去
『原状回復』のトラブルに注意！

《相談内容》

10年間住んでいた賃貸アパートを退居しました。不動産業者を通じて、フローリングなどの張り替え、換気扇の交換、ハウスクリーニングなどで敷金を超える30万円以上を請求されました。これら全てを借主が負担しなければならぬのでしょうか。
(20代男性)

《アドバイス》

賃貸住宅に入居する際、入居者には退居時に部屋を入居時の状態に戻す「原状回復」をすることが義務付けられています。経年変化や通常の使用による損耗については負担する義務はありませんが、入居中に借主の不注意で部屋に傷や汚れをつけてしまった部分については、原状回復のための費用を負担しなければなりません。通常使用を超える損耗箇所については貸主・借主双方で立ち会って確認しましょう。退居時にトラブルにならないよう、次のことに気を付けましょう。

●契約時に「原状回復」に関する項目をよく確認する

契約をする時、契約書に「原状回復」の特約などが書かれていることがあります。特約について納得できる内容になっているかを必ず確認し、疑問点は担当者に質問しましょう。また、原状回復の範囲や程度などの原則が書いてある「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン(二国交省作成)」を読み、内容を把握しておくとなお良いでしょう。

人権標語

(高校3年生)

考えよう 相手の気持ちと 思いやり

消費生活の困り事はこちらへ
消費生活センター ☎0848-67-6410

相談員と一緒に解決策を考えます。
気軽に相談してください。

時 3～5日を除く月～金曜日
9時～12時、13時～16時

所 市役所本庁3階

※電話相談も可。

【巡回相談】

時 14日(金)・21日(金)・
28日(金)14時～16時

所 本郷・久井・大和支所(要申し込み)

申 相談日の前日までに消費生活センターへ



●「原状回復の範囲かどうか」契約時に確認した内容と合っているかを確認する
入居する以前からあった傷や汚れは日付入りの写真を撮って記録に残し、退去時に原状回復の範囲かどうかを貸主・借主の双方で確認できるようにしておきましょう。退居する時には、原状回復費用の内訳を出してもらい、契約者と立ち合い時に確認した内容と合っているかどうか十分確認しましょう。

トラブルに遭った場合は、三原市消費生活センター(☎0848-67-6410)に相談してください。

三原市×三原テレビ×FMみはら連携

ミハラ発信会議⑨ 三原のみんなのラジオ局 FMみはら開局3周年

災害時の緊急情報をはじめ、生活に密着した情報発信を続けるFMみはらは、平成30年5月の開局から3年が経過しました。開局3周年を記念して、抽選で賞品が当たる「体験三原！三原に泊まろう！大リクエスト大会」というキャンペーンを実施しています。詳しくはFMみはらHPで確認してください。

【FMみはらを聞く方法】①市販のFMラジオで87.4MHzに合わせて聞く②スマートフォンなどでFMみはらHPから聞く など

※FMみはらに関する情報は広報6月号でも掲載する予定です。

☎FMみはら(☎0848-67-0874)



▲FMみはらHP



三原市LINE公式アカウントに登録すると、「防災メニュー」にFMみはらを聞くことができるボタンがあります



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	21日(金)※要予約。申し込みは6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)
		12日(水)・26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)
	司法書士法律相談	3～5日を除く毎週月～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	3～5日を除く毎週月～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	3～5日を除く毎週月～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	3～5日を除く毎週月～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)
	犯罪被害者相談	3～5日を除く毎週月～金曜日	9時～17時	電話相談 広島被害者相談センター	(☎082・544・1110)
	自立サポート相談	3～5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 (☎0848・67・4568)
	障害者なんでも相談	19日(水)※要予約。	14時～16時	本郷福祉センター	障害者生活支援センター (☎0848・63・3319 ☎0848・63・3359)
		26日(水)※要予約。	10時～12時	久井保健福祉センター	
		5月7日(金)・6月4日(金)※要予約。		大和保健福祉センター	
	成年後見専門相談	13日(木)※要予約。	14時～16時	サン・シープラザ3階	
	心配ごと相談	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 (☎0848・63・0570)
		12日(水)・26日(水)		本郷福祉センター	(☎0848・86・3607)
5月12日(水)・19日(水)、6月2日(水)		9時～12時	久井保健福祉センター	(☎0847・32・7101)	
5月7日(金)、6月4日(金)			大和保健福祉センター	(☎0847・34・1214)	
14日(金)			大和人権文化センター	(☎0847・33・1308)	
不動産無料相談	5月7日(金)・21日(金)、6月4日(金)	10時～15時	サン・シープラザ4階		
戦没者遺族相談	5月6日(木)・20日(木)、6月3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	17日(月)				
教育・子育て	学校生活・勉強などの悩み相談	3～5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 (☎0848・64・7201)
	学校生活の悩み・体罰などの相談	3～5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 ※時間外は留守番電話で対応。	(☎0848・67・6173)
	療育・教育相談	24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	3～5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	18日(火)※要予約。	13時30分～15時30分	県東部保健所	県東部保健所 (☎0848・25・4641)
人権	人権相談	5月13日(木)、6月1日(火)	13時～16時	サン・シープラザ4階	人権推進課 (☎0848・67・6044)
		3～5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	(☎0848・66・1111)
				本郷人権文化センター	(☎0848・86・3333)
	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	3～5日を除く毎週月～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(DVや家庭不和など)	3～5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 (☎0848・61・0122)	
水防・災害対策本部専用電話			(☎0848・67・6868 ☎0848・67・6164)		

音楽に合わせて体を動かす

やりもとさととこ
鎗本聡子さん



▲体の動かし方を教える鎗本さん(右)

リージョンプラザの温水プール。「音楽に合わせて楽しみながら運動すると、体を動かすことが苦になりません」と、水中エクササイズの教室で指導する鎗本聡子さん(37)は笑顔で話します。鎗本さんは新潟県出身。9歳からシンクロダイブドスイミング(現アーティスティックスイミング)を始め、中学3年からは県大会で4連覇を達成。高校卒業後、東京の短大に進学し、学業の傍ら水中ダンスやシンクロダイブドスイミングなどのショーを行う「有限会社 オフィストゥリトネス」に所属しました。短大卒業後もプロのパフォーマーとして活動していましたが、「水泳以外のことにも挑戦した

「とにかく生徒さんに楽しんでもらう事」。「上手にできない」と引退。27歳の時、夫の仕事の関係で三原市に移ってきました。三原の生活にも慣れ、「子育ての合間に何かできないか」と考えるようになった時、知人から水中エクササイズの指導者をしてみたいかと誘われ、「これまでの経験が皆さんの役に立つのなら」と引き受けました。

教室は毎週水曜日の午前10時から1時間15分。水中歩行などの簡単な動きだけでなく、軽快な音楽に合わせて手足を動かすなどのトレーニングを行うアクアビクスの要素も盛り込んでいます。生徒は現在27人。60〜70歳代の女性が主で、鎗本さんは「水中での運動なので、膝や腰が痛い人でも、泳ぐ必要もないので、泳げない人でも十分楽しめるのも魅力の一つです。」

鎗本さんのモットーは、「とにかく生徒さんに楽しんでもらう事」。「上手にできない

くてもいいから、毎週教室に来て楽しんでもらいたい」と言い、明るい雰囲気づくりや積極的な声掛けを心掛けています。生徒の皆さんも「鎗本さんだから通っている。コーチが代わったら続けるかどうか分からない」と言うほど、人柄を慕っています。

コロナ禍で家に閉じこもりがちな毎日。あなたも明るい声が響き渡るプールでさわやかなひとときを楽しんでみませんか。

※水中エクササイズの教室は、5月以降も生徒を募集しています。問い合わせはリージョンプラザ(☎0848・64・7555)へ。定員(40人)になり次第、締め切ります。



※この企画は、東京五輪に向けてスポーツに対する関心を高めていこうというものです。

令和3(2021)年5月号
第194号 毎月1日発行
編集発行/三原市広報戦略課

〒723-8600 広島県三原市港町三丁目5番1号
代表(☎0848・642111) ☎0848・647101
E-mail: info@city.mihara.hiroshima.jp

再生紙と大豆インクを使用しています。
点字版や録音CDも発行しています。
問い合わせは広報戦略課(☎0848・676007)へ。

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	43,556 世帯 (-169)
人口	91,317 人 (-1,352)
男	43,906 人 (-693)
女	47,411 人 (-659)
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	
○県税の自動車税種別割	
納期限	5月31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)	=45.9
▶本郷局(本郷町船木川西上)	=49.3

三原市の魅力や情報を発信中

公式SNS		ライン	
フェイスブック facebook		LINE	
	ユーチューブ		ノート
YouTube		note	

メール配信サービス

防災情報などをスマホやパソコンに配信

ラジオ局 FMみはら87.4MHz

行政情報番組
【教えて三原-聞いて役立つ三原ガイドー】
☎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。

☎広報戦略課(☎0848・67・6007)

あ・と・が・き
新緑が目まぶしく、外へ出掛けて体を動かすにも気持ちの良い季節になってきました。さて、東京2020オリンピックの開催まで3カ月を切り、ついに三原市にも今月18日、聖火がやってきました。今月号では、聖火リレーのランナーに選出された2人の若者を紹介しています。さまざまな思いを持って走るランナーを、皆さんも応援しましょう。現地に行かれる場合は、マスク着用、ソーシャルディスタンスを忘れずに運動の方法は人それぞれ。私も日頃の運動不足を解消すべく、何か始めてみようと思えます(M)