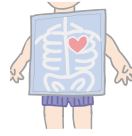




健康診査を受診しましょう

令和4年3月31日(木)まで
内基本・特定健康診査、各種がん検診

※感染予防のため、受診するときはマスクを着用し、体調不良の場合は日程を変更してください。



申各医療機関

高齢者肺炎球菌予防接種券・予防票は8月に届きます

新型コロナウイルス予防接種の実施に伴い、令和3年度の高齢者肺炎球菌の予防接種券・予防票の送付時期を6月下旬から8月上旬に変更します。



問保健福祉課(☎0848・67・6359 FAX 0848・67・5934)

1週間チャレンジ！ラジオ体操&1kmウォーキング

時10日(土)～16日(金) 7時～7時30分

所芸術文化センター

ポポロ

内運動普及リーダー



と一緒にするラジオ体操やストレッチ、ウォーキング(1km)

※申し込み不要。

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14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)

精神保健福祉相談

時21日(水) 13時30分～15時30分

所県東部建設事務所三原支所

(〒一町二丁目)

内精神科医師による相談

申13日(火)までに県東部保健所(☎0848・25・4640)へ

11月の健康相談・心もこ相談

時29日(木) 13時30分～15時30分

所久井保健福祉センター

内精神科医師による相談

定2人(要申し込み)

申21日(水)までに久井保健福祉センター(☎0847・32・8551)へ

11月の相談室「こけあ」

時毎週火・水曜日 9時～18時30分

所・問カウンセリングルームこけあ(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

認知症チェックは市HPで

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市HPに開設しています。チェックリストには本人用のほか、家族や周囲の人向けのものがあ



▲市HP



こんにちは 保健師です

熱中症は予防が大切です

暑い夏、気をつけたいのは熱中症です。毎年、熱中症で多くの人が救急搬送されています。今年も新型コロナウイルスの感染防止対策を取りながら、熱中症を予防していく必要があります。

熱中症を予防するため、室内では窓を開けたり、換気扇などで換気したりしながら、エアコンの温度を小まめに調整して、室温が上がりすぎないように気を付けましょう。屋外では人との距離を2m以上確保しながら、適宜マスクを外し、できるだけ涼しい場所で過ごしましょう。

室内・室外に関わらず、小まめな水分補給は大切です。水分補給の目安は1日1.2リットルです。のどが渇いていなくても意識して水分を取るようにしましょう。暑さに備えた日々の体力づくりも重要になります。毎日体温・血圧などを測りながら、体操やウォーキングなど、体を動かすことも心掛けてください。特に高齢者や子どもなどは熱中症になりやすいため、十分注意してください。

三原市保健師 平本伸子

ります。

問高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

不育症治療費を補助します

令和3年4月～令和4年3月に不育症の検査・治療を受け、次の全てに該当する夫婦

①不育症であると医師に診断された

②検査・治療の初日に法律上結婚しており、妻の年齢が43歳未満である

③治療を受けた初日から申請日

まで市に住民登録している

④夫婦の所得の合計額が730万未満である

⑤市税などを滞納していない

補助回数 1夫婦につき年度に1回

※必要書類など詳しくは問い合わせるか、市HPで確認してください。

申申請書(提出先、市HPに用意)と必要書類を保健福祉課(☎0848・67・6359 FAX 0848・67・5934)へ

男性の料理教室

時 16日(金)10時～13時
所 サン・シープラザ3階

対 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 300円

申 9日(金)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ

子育て
応援

祝日の小児科救急当番医院

時 22日(木)・23日(金)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 ☎0848・62・3113)



ひとり親家庭などの医療費を助成

対 平成15年4月2日以降に生まれた子を養育し、同居の世帯

員などの令和2年分の所得税が非課税のひとり親家庭など※現在受給中の人には、通知を送付します。

用 保護者と子の健康保険証

申 子育て支援課(☎0848・67・6045)または各支所

県外での予防接種は事前に申請を

県外の医療機関で定期予防接種を受ける場合は、事前に予防接種依頼書の申請をしてください。

●予防接種依頼書の申請

用 母子健康手帳、印鑑

申 接種を受ける14日前までに保健福祉課へ

●予防接種費用の補助

対 接種時に市内に住民登録し、予防接種依頼書を事前に交付されている人

※予防接種依頼書の交付を受けずに接種した場合は、補助金交付対象外となります。

補助額 市の基準額と実費負担額のいずれか低い額

申 領収書、予診票の写し、母子健康手帳、印鑑、振込先が分かる物を保健福祉課へ

問 保健福祉課(☎0848・67・6359 FAX 0848・67・5934)

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、心配な事がある場合は気軽に相談してください。

時 22日・23日を除く毎週月～金曜日9時～17時

所 申 サン・シープラザ3階または保健福祉課(市役所本庁2階 ☎0848・67・6359 FAX 0848・67・5934)

対 18歳未満の子と保護者(要申し込み)

「母子健康手帳アプリ」を配信

スマートフォン向けの「母子健康手帳アプリ」を無料配信しています。妊娠週数や月齢に応じた情報などを定期的に受け取ったり、子どもの身長・体重や予防接種などの情報を記録したりできます。

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、「三原市」を選択



問 保健福祉課(☎0848・67・6061)

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

時 8日(木)10時～12時

所 愛育認定こども園(☎0848・60・6939)

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

時 13日(火)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 相談日の前日までにすくすくへ

●卒乳相談

時 13日(火)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 相談日の前日までにすくすくへ

●栄養士のごはんの相談

時 13日(火)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 相談日の前日までにすくすくへ

市役所本庁2階 保健福祉課内

申 問 ☎0848・67・6217

FAX 0848・67・5934

●スマイルママ広場

時 30日(金)10時～12時

所 円一保育所(☎0848・62・1565)

内 ママのストレッチ、赤ちゃんとのふれあい方など

対 5カ月までの乳児と母親

定 5組(要申し込み)

用 母子健康手帳

申込期限 相談日の前日まで

