



健康ひろば

Health information

3月

楽しく健康に暮らすための情報&アドバイスを紹介。

令和4年度高齢者向け 運動機器の利用登録者募集

時 毎週火曜日・金曜日・隔週木曜日の9時30分から11時30分まで(令和4年度は4月5日(火)から開始)

※詳しい日程表は参加時に配布。

所 大和保健福祉センター

内 安全で効果的に運動機器を利用して介護予防のための筋力トレーニング
対 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の人

※利用講習会を受講していない人は申し込みの時に受講日を案内します。

申 11日(金)までに高齢者福祉課
(TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)へ



麻しん・風しんの無料予防接種

麻しん・風しんの混合ワクチン2期の定期予防接種を無料で行います。

【期間】 31日(木)まで

対 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの人

所 県内の広域予防接種受託医療機関
用 予防接種券、予防接種予診票、母子健康手帳

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6359 FAX 0848-67-5934)

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 3日(木)・16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
TEL 0848-67-6359 FAX 0848-67-5934)

休日の健診

時 13日(日)8時30分から

所・申 三原市医師会病院(TEL 0848-67-7030)

内 各種健診、がん検診など

定 各30人(要申し込み)

料 有料(健診項目による)



↑市HP

献血に協力を

時・所 24日(木)10時～11時、12時15分～16時・興生総合病院

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6205 FAX 0848-67-5934)

精神保健福祉相談

時 16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 8日(火)までに県東部保健所
(TEL 0848-25-2011)へ

認知症チェック!

認知症は高齢者の病気?

「認知症」というと、高齢者の病気をいうイメージがありませんか?しかし、若くして認知症を発症することもあります。若年性認知症の人は、まだ若いからと認知症を疑わず、発見が遅れる場合が多くあります。ぼーっとしていることが増えた、文章がうまく書けない、約束を忘れることが増えたときは、かかりつけ医や認知症専門医に相談しましょう。

仕事や子育てに大きな役割が求められる年齢に病気を発症することは、精神的にも経済的にも非常に大きな負担がかかります。一人で悩まず、高齢者相談センターに相談してください。

認知症チェックは市HPでも



↑市HPへ

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ります。

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

健康コラム Q&A

Q 家庭での子どもとの遊びに困る… おすすめの遊び方は?

Answer.1 ▶▶▶ 身体が触れ合う遊び

例えば、親が足を伸ばして座り、足を広げる。その足を子どもが跳びます。室内でもちょっとした空間でできる遊びです。どんな遊びでも、子どもたちの楽しい気持ちや何かを発見してうれしい気持ちに共感することで、保護者への信頼感、安心感、愛着が芽生えます。愛着は、子どもの成長に大切な力です。

Answer.2 ▶▶▶ 家の近くを散歩する

ベビーカーや抱っこ、一緒に歩いて散歩してみましょう。少し歩いては立ち止まり、しゃがんで周りにある草や花、車、空などを一緒に見てみましょう。お互いの表情を見ながら話し、共感し合うことで、子どもの心が育ちます。散歩は、心と体が育つ遊びの一つです。

保健福祉課 TEL 0848-67-6217
FAX 0848-67-5934



子育て応援

Childcare information

3月

プレパパママ&パパママのためのお役立ち情報を掲載。

区域外就学届の提出を

【提出期限】31日(木)まで**対** 市内在住で次の全てに該当する人

①令和4年4月に小学校または中学校へ入学予定である

②国立・県立・私立などの三原市立学校でない学校へ就学予定である

申 区域外就学届(提出先、市HPに用意)と入学を証明する物(コピーでも可)を学校教育課(市役所本庁6階 TEL 0848-67-6154 FAX 0848-67-5912)へ

少年サッカー教室

時 20日(日)10時~12時(受付開始9時30分)

※雨天中止。

所 やまみ三原運動公園 多目的広場**対** 5歳児~小学3年生**定** 40人(要申し込み)**¥** 300円**申** 10日(木)までにやまみ三原運動公園(TEL 0848-66-3900)へ

小・中学校の就学費用の一部を援助

時 随時

※4月からの援助を希望する人は4月21日(木)まで。

【援助額】表のとおり

項 目	小学生	中学生
学用品・通学用品費	13,900円 (11,630円)	25,000円 (22,730円)
新入学学用品費	(51,060円)	(60,000円)
修学旅行費	28,300円まで	57,290円まで
学校給食費	実費	

※()内は、新1年生の額。新入学学用品費は、入学前に支給を受けていない人のみです。

※収入などの条件があります。

※援助額は変更になることがあります。

申 申請書(通学・入学する学校に用意)を各学校へ

※兄弟姉妹がいる世帯は対象の子の中で最年長の子の学校へ。

問 学校教育課(TEL 0848-67-6154

FAX 0848-67-5912)

祝日の小児科救急当番医院

時・所 21日(月) 9時~12時、14時~16時30分・興生総合病院(円一町二丁目 TEL 0848-63-5500)

離乳食教室

時 11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、バスタオル**申** 8日(火)までに保健福祉課(TEL 0848-67-6061 FAX 0848-67-5934)へ

子どもの発達について相談できます

時 21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)**内** 保健師や臨床心理士、言語聴覚士などによる相談**対** 18歳未満の子と保護者(要申し込み)**申** 保健福祉課(TEL 0848-67-6359

FAX 0848-67-5934)

3月の

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。

母乳相談・卒乳相談

時 ①10日(木)②22日(火)

※いずれも10時~12時のうち1時間。

所 ①サン・シープラザ3階

②市役所本庁2階

内 産前・産後の乳房ケアの相談**対** 出産前後の人・子育て中の人**定** 各2人(要申し込み)**用** 母子健康手帳**申** ①8日(火)まで②18日(金)までにすくすくへ

栄養士のごはんの相談

時 10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** 前日までにすくすくへ

地域子育て支援センターでのすくすく育児相談

時 15日(火)10時~12時**所・申** あやめが丘こども園(なかよし保育園内 TEL 080-9792-8660)**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

問い合わせ・申し込みは

市役所本庁2階
保健福祉課内「すくすく」

TEL 0848-67-6217

FAX 0848-67-5934