



みはらのひろば

Anything
information

お知らせ、イベント、募集、制度など、生活に関する情報をあつめました。

9月・10月は 「行政相談月間」です

「行政相談」では、国の行政に関しての意見・要望を受け付けています。相談は無料で、秘密は守られます。
【電話相談】総務省行政相談センターきくみみ
広島(TEL 082-222-1100)



↑行政相談
マスコット
キクーン

一日総合相談室

時 10月1日(火)13時30分～16時30分
所 中央公民館

内 相続・登記・民事調停・人権・マンション・労働保険・消費者問題・税金についての相談など

問 生活環境課(TEL 0848-67-6179)



↑市HP

不動産の無料相談会

広島県不動産鑑定士協会では、不動産に関する相談に無料で応じる相談会を開催します。

時 10月2日(水)10時～16時
※受付は15時30分まで。

【開催場所】①広島会場 広島県不動産鑑定士協会(広島市中区)②福山会場 福山市生涯学習プラザ(福山市霞町)

内 不動産の鑑定価格、賃料、交換、税金、相続やその他不動産に関する相談
問 公益社団法人広島県不動産鑑定士協会(TEL 082-228-5100 FAX 082-227-0065)

人権啓発DVDの貸し出し

企業や学校、自治会などで行う人権研修に効果的な人権啓発DVDの無料貸し出しを行なっています。ぜひ活用してください。

【貸出作品】

「あなたは大丈夫？ 考えよう！ デートDV」

「あなたは大丈夫？ 考えよう！ いじめ」
「今そこにいる人と、しっかり出会う 一同和問題」

その他の作品もあります。詳しくは市HPで確認してください。

問 人権推進課(TEL 0848-67-6044)

市HP



人と動物のより良い関係を 20日(金)～26日(木)は 動物愛護週間

ペットは大切な家族です。愛情と責任を持って最期まで飼いましょう。

- 犬は放し飼いをせず、つないだ状態にし、猫は屋内で飼う
- 繁殖を望まないときは、不妊・去勢手術を行う
- 犬は登録と年1回の狂犬病予防注射を受け、死亡した場合は届け出る
- 野良犬・猫への無責任な餌やりは行わない



↑市HP

問 生活環境課(TEL 0848-67-6179)



コミュニティ助成事業が完了

宝くじの収益金を財源とした(一財)自治総合センターの助成金を受けて、和木自治振興会が総額250万円分、是国町内会(糸崎)が総額230万円分の備品を整備しました。

問 地域企画課(TEL 0848-67-6184 FAX 0848-64-7101)

手話言語の国際デーに合わせて 本庁舎をブルーライトアップ

23日は「手話言語の国際デー」です。手話言語が音声言語と対等であることを認め、ろう者の人権が完全に保証されるよう平成29年に国連総会で決議されました。市はこの趣旨に賛同し、啓発のため本庁舎をブルーにライトアップします。

時 23日(月・休)19時～22時

所 市役所本庁舎

問 障害者福祉課(TEL 0848-67-6060 FAX 0848-64-2130)

全国家計構造調査に協力を

国民生活の実態把握のため、10月末時点の世帯構成や年収・貯蓄などを調査します。

内 調査員が訪問し、調査票を配布・回収
※調査員は顔写真付きの調査員証を携帯しています。

内 中之町、本郷南地域の無作為に選ばれた世帯

問 総務課(TEL 0848-67-6022)



↑市HP

自殺予防週間「悩みや気持ちを聞かせてください」

10日(火)～16日(月・祝)は「自殺予防週間」です。LINEやチャットでも相談ができます。

【相談窓口】①よりそいホットライン(フリーダイヤル0120-279-338)②「厚生労働省SNS相談」※詳しくは厚生労働省HPへ。

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6053)



↑厚生
労働省HP

ゲートキーパー養成研修

困っている人に「気づき」、話を「聞き」、相談先に「つなぎ」、その後を「見守る」といった活動を行うゲートキーパーの養成研修を行います。

時 13日(金)10時～11時

所 中央公民館

定 30人

申 11日(水)までに申込フォームから、または保健福祉課(TEL 0848-67-6053)へ



↑申込
フォーム

新しい乗車証を送付します

敬老・障害者優待乗車証について、有効期間の見直しを行いました。見直しに伴い、優待乗車証を持っている人へは、9月下旬に新しい乗車証を送付します。古い乗車証は新しい乗車証が届いたら破棄してください。

問 高齢者福祉課(TEL 0848-67-6055)、障害者福祉課(TEL 0848-67-6060 FAX 0848-64-2130)

道路や河川に 異常を見つけたら連絡を

道路上に空いた穴や倒木などの異常を、いつでも、どこからでも「道路・河川の異常通報システム」で通報できます。「道路・河川の異常通報システム」は、市HPや市公式LINEからもアクセスできます。

※利用方法は、「操作マニュアル」を確認してください。

☎ 土木管理課(TEL 0848-67-6092)



←道路・河川の異常
通報システム

操作マニュアル→



三原やっさ踊り振興協議会 公開踊り練習

時 10日(火)18時30分～19時30分

所 ペアシティ三原西館2階

☎ 観光課(TEL 0848-67-6014)

☎ 0848-64-4103)

※見学・踊りの参加も可能です。

※申込不要。

男性の料理教室

時 19日(木)10時～13時

所 サン・シープラザ3階

対 65歳以上で一人暮らし、または介護をしている男性

定 20人

¥300円

申 12日(木)までに社会福祉協議会(TEL 0848-63-0570)へ

障害のある人の就労応援相談

障害のある人が無理なく働けるように、関係機関と連携して職場見学や就職活動に必要な準備など、就労に向けて全面的にサポートします。

時 16日・23日を除く毎週月～金曜日各9時～17時

所 サン・シープラザ3階

対 市内在住の障害のある人、またはその家族・支援者

※障害者手帳の有無は問いません。

☎ 障害のある人の就労応援相談ステーション(TEL 0848-63-3319)



↑市HP



市営住宅の入居者募集

【申込期間】窓口：17日(火)～27日(金)各8時30分～17時30分

電子申請：17日(火)8時30分～27日(金)17時30分

対 久井(市単独住宅を除く)・大和地区の住宅、小西北住宅(高齢者向けのみ)、本佐木住宅

申 三原市営住宅管理グループ窓口(宮沖四丁目TEL 0848-62-1800)または同グループHPにある申込フォームから
※詳しくは同グループHPまたは17日(火)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。

※申込多数の場合は抽選。

※連帯保証人は不要。

三原市営住宅
管理グループHP→



土地区画整理事業の説明会

時 27日(金)18時30分から

所 本郷生涯学習センター2階

内 本郷都市計画事業東本通土地区画整理事業の都市計画変更と事業計画変更

☎ 土地区画整理課

(TEL 0848-86-1115)



↑市HP

市営駐車場の都市計画変更 説明会

時 30日(月)14時から

所 市役所本庁3階

内 帝人通り駐車場、円一町駐車場の都市計画変更

☎ 都市開発課(TEL 0848-67-6113)



↑市HP

第73回三原市美術展覧会の 作品募集

【会期】10月18日(金)～27日(日)

【作品受付期間】9月29日(日)13時～17時、30日(月)13時～19時

所 リージョンプラザ

【募集作品】絵画、彫刻、工芸、書、写真、デザイン

※出品無料。

※公募規程・応募資格については、市HP、文化課、市民ギャラリー、リージョンプラザ、各支所などにある開催要項で確認してください。

☎ 文化課(TEL 0848-64-9234)

市HP→



消費生活の 心得

●消費生活センター●

! 困ったときは、消費者ホットライン(TEL 188)または、市消費生活センター(TEL 0848-67-6410)に相談してください。

本物そっくり!? 偽メール・偽サイトに気を付けて!

フィッシング詐欺を知っていますか? カード会社や金融機関によく似た名前を用いて「不正利用の確認」などとメールやショートメッセージサービス(SMS)から偽の確認用URLを送り、リンク先から個人情報やカード情報を入力させるものです。入力したことにより、カードや情報が不正利用される恐れがあります。

●安易にメールに添付されたURLを開かないようにしましょう。

カード会社や金融機関がメールや電話で個人情報を聞き出すことはありません。メールを見て不安になり、利用状況などを確認したい場合は、メールに添付されたURLは開かず、公式サイトや公式アプリからログインするように心掛けましょう。

こころの相談室「ここケア」

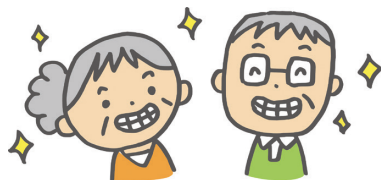
時 毎週火・水曜日各9時～18時
 所 申 問 カウンセリングルームここケア
 (西町一丁目 TEL 0848-62-2500)
 内 臨床心理士による相談
 対 精神科に通院していない人と家族
 ￥ 3回まで無料



↑市HP

「8020」いい歯の表彰者を募集

市内に住むの80歳以上で20本以上の歯(入れ歯を除く)がある人を募集します。
 ※過去に表彰を受けた人を除きます。
 ※14日(土)までに市内の歯科医院で診査・推薦を受けてください。
 ※表彰式は代表者のみ行います。
 問 高齢者福祉課 (TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)



大和地区の運動機器利用講習会

時 20日(金)9時30分～12時
 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するための講習会
 対 要支援・要介護の認定を受けていない65歳以上の人
 定 4人
 申 17日(火)までに高齢者福祉課 (TEL 0848-67-6055 FAX 0848-64-2130)へ

やさしい精神保健福祉講座

時 ①7日(土)②18日(水)③28日(土)各13時30分～15時
 ※終了後個別相談(各5分)があります。
 ※後日録画視聴もできます。
 所 サン・シープラザ4階
 内 ①思春期の依存②統合失調症ってなに?③若者特有の悩みとうつ
 定 各60人
 申 希望日の3日前までに申込フォームから、または保健福祉課 (TEL 0848-67-6053)へ



↑市HP



↑申込フォーム

ひきこもり相談

時 16日・23日を除く毎週月～金曜日各9時～17時
 所 サン・シープラザ4階
 対 おおむね18歳以上64歳以下のひきこもり当事者とその家族
 申 ひきこもり相談支援セッション (TEL 0848-36-6250)



↑市HP

若者の発達相談ができます

保健師や臨床心理士が若者の発達相談に応じます。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 27日(金)9時～17時
 所 申 保健福祉課(市役所本庁1階 TEL 0848-67-6053 FAX 0848-64-2130)



自衛官候補生を募集

対 18～32歳(採用予定月の末日現在、33歳未満の人)
 【応募期間】9月30日(月)～10月27日(日)
 【試験日】ウェブ試験10月28日(月)・29日(火)のうち希望する1日、身体検査・面接10月31日(木)
 ※詳しくは自衛隊HPで確認してください。
 問 自衛隊広島地方協力本部尾道出張所 (TEL 0848-22-6942)



↑自衛隊HP

健康

献血に協力を

時 ①8日(日)10時～12時30分、14時～16時30分②12日(木)9時30分～11時30分③14日(土)10時～11時30分、13時～15時30分④28日(土)10時～12時、13時30分～16時
 所 ①興生総合病院(円一町二丁目)②三原商工会議所(皆実四丁目)③マックスパリュ本郷店(下北方一丁目)④イオン三原店(城町二丁目)
 申 事前予約も可※詳しくは日本赤十字社HPまたは県赤十字血液センター (TEL 0120-150-554)へ。
 問 保健福祉課 (TEL 0848-67-6234) 日本赤十字社HP →



精神保健福祉相談

時 18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 10日(火)までに県東部保健所 (TEL 0848-25-4640)へ

認知症チェック



認知症の症状を簡単にチェックできます。

↑市HP

フレイルチェック



↑フレイルチェックを市HPに開設しています

オレンジコラム

ただしく知ろう 認知症

テーマ

「高血圧」と「認知症」の関係

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



自分には認知症は関係ないと考えていませんか?

認知症の原因は加齢だけではなく、実は高血圧によってもリスクが上がることが分かっています。脳卒中などにより脳の血管が破れたり詰まったりした結果、脳に障害が起こり認知症が発症・進行します。(脳血管性認知症)

血圧を上げる要因の例

- 塩分の取り過ぎ
- 外食が多い
- 濃い味付けを好む
- 運動不足
- 睡眠不足
- ストレス
- 多量の飲酒・喫煙

1つでも思い当たるものがあれば、年齢に関わらず普段からの生活習慣を見直してみましょう。

子育て世帯家事支援 訪問支援員の養成講座

家事や育児に不安を抱えている子育て世帯を訪問し、家事や育児のサポートをする訪問支援員を養成する講座を開催します。

所 本郷生涯学習センター

時 26日(木)13時30分～15時30分

内 子育て世帯の現状と必要な支援、救急救命講習

対 市内在住で子育て経験のある人など
定 20人

申 20日(金)までに社会福祉協議会
(TEL 0848-63-0570 FAX 0848-63-0599)へ

保護者のための “子どものこころ”相談室

時 10月3日(木)13時30分～15時30分

所 こども安心課(市役所本庁2階)

内 臨床心理士による相談

対 幼児期・児童期・思春期の子どもの保護者、子どもに関わる支援者

定 2人

申 相談日の5日前までにす
くすくメール、またはこ
ども安心課(TEL 0848-67-
6088)へ



↑すくすく
メール



子どもの発達について 相談できます

保健師や臨床心理士、言語聴覚士などが子どもの発達相談に応じます。子どもの言葉や行動などについて、心配なことがある場合は気軽に相談してください。

時 16日・23日を除く毎週月～金曜日
各9時～17時

所 サン・シープラザ3階またはこども
安心課(市役所本庁2階)

対 18歳未満の子と保護者

申 問 こども安心課(TEL 0848-67-6359

FAX 0848-67-5934)

里親カフェ 「里親」ってなんだろう？

「里親制度を知りたい」「里親になってみたい」と思っている人、「興味はあるけどよく分からない」「自分にできるか心配…」という疑問や不安がある人、経験者からの体験談などを聞いてみませんか。

時 27日(金)13時30分～15時

所 市役所本庁2階

内 里親制度に関する相談、里親体験談

対 市内在住で里親制度に関心のある人
定 20人

申 問 20日(金)までに広島県東部・北
部里親支援センター明日葉(TEL 084-
959-3903 FAX 084-959-3904)へ

子育て応援

祝日の小児科救急当番医院

時 所 ①16日(月)③23日(月)各9時～
12時、13時～17時・三原市医師会休日
夜間急患診療所(宮浦一丁目TEL 070-
3779-5600)

②22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TEL 0848-64-8111)

※いずれも診療時間内に事前に電話連
絡してください。



ヤングケアラー LINE相談を 開設しています

ヤングケアラーの悩みについて
LINEで個別相談ができます。家族や学
校のことで少しでも気になることがあ
れば、まずは相談してみませんか？利
用料は無料です。市HPからアクセスで
きます。

問 子育て支援課(TEL 0848-
67-6079)



↑市HP

子育て世代の 悩みを解決！ すくすくの 催し

母乳相談・ごはん相談
などを定例開催
詳しくはこちらから



←市HP

いつでも悩み相談OK!

TEL 0848-67-6217
メールでも受け付けています。

児童館 ペアシティ三原 西館2階 の催し

休館日 毎週火曜日

開館時間 10時～19時

申し込みは5日(木)から



TEL FAX 兼用0848-
67-1123

←市HP

母推さんとあそぼう! 要申込

時 6日(金) 10時30分～11時 内 ふれあい遊びなど 対 保護者
と0～2歳児 定 10組 ※母推とは母子保健推進員の略称。
※この催しは、5日(木)より前から申し込みを受け付けています。

パパSunday 要申込

時 23日(月・休) 13時～15時30分 所 サン・シープラザ3階
内 父親によるクレープ作りと家族でティータイム 対 父親と18歳
までの子※その家族も参加可。※託児なし。 定 8組 ¥600円

ママチャレンジ 要申込

時 27日(金) 10時30分～11時30分 所 サン・シープラザ4階
内 ベビーシューズクリップ作り 対 18歳までの子の母親、妊
娠中の人※託児あり。 定 6人 ¥800円

ファミサポ交流イベント「提供会員さんとあそぼう!」

時 30日(月) 11時～12時 対 ファミサポに関心がある子育て
中の人