



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お伝えしました。

海のもしもは118番！ 事故防止で楽しい夏を

16日(水)～31日(木)は「海の事故ゼロキャンペーン」期間です。毎年この時期は海での事故が多発します。レジャーの時は、次のことを徹底しましょう。

- ①天候、海上模様の確認
- ②船体やエンジンの点検
- ③ライフジャケットの着用
- ④連絡手段(携帯電話)の確保
- ⑤見張りの徹底

☎ 尾道海上保安部交通課
(TEL 0848-22-2109)

海上保安庁 



農薬の適正使用について

農薬を使用する時は、使用基準を守り、周辺住民や近隣の農作物栽培者などへ事前の周知に努めましょう。また、風が弱い時に散布するなど、飛散を防止するための対策をお願いします。

☎ 農林水産課 (TEL 0848-67-6077)

FAX 0848-64-4103)

介護保険の負担割合証を送付します

介護保険サービスの利用料のうち、自己負担の割合を示した負担割合証を7月中に送付します。利用時にサービス事業所に提示してください。

☒ 要介護・要支援認定を受けている人
☎ 高齢者福祉課 (TEL 0848-67-6240)
FAX 0848-64-2130)

介護保険の負担軽減制度を利用できます

☒ ①短期入所や施設サービスの食費・居住費など

②社会福祉法人が行う特別養護老人ホームや、訪問・通所介護などの利用料・食費・居住費など

☒ 所得や扶養状況、預貯金などの要件を満たす人

※制度を利用中の人は更新申請が必要です。

☎ 31日(木)までに高齢者福祉課

(TEL 0848-67-6240)

FAX 0848-64-2130)へ



JBCF 2025 山陽建設 広島三原ロードレース開催！

国内最高峰のロードレースシリーズが令和7年度も三原にやってきます。華やかなステージやキッチンカーも楽しめる会場で、プロのスピードを体感してください。

🕒 5日(土)11時50分 スタートセレモニー

📍 中央森林公園

☎ スポーツ振興課

(TEL 0848-64-7219)



↑大会 



国民年金保険料の 免除・納付猶予制度

経済的な理由などで納付が困難な場合は、一定の基準に基づいて保険料が免除・猶予されます。

📍 市民課(市役所本庁1階)、各支所、三原年金事務所※マイナポータルによる電子申請もできます。

☒ 基礎年金番号が分かるものと失業特例希望の場合は離職票など。

※前回添付している場合は省略可。

☎ 市民課 (TEL 0848-67-6051)、

三原年金事務所 (TEL 0848-63-4111)



↑市 



広報みはらは市内・外約90カ所で 設置・配布しています

配布施設一覧 

本庁舎、各支所、図書館などの公共施設に加え、市内・外の商業施設などにも設置・配布しています。ぜひお持ち帰りください。

7月号からの
新規設置場所

●セブン-イレブン
(三原久井店、南方3丁目店)

設置施設
募集中!

店舗などへの新規設置を随時受け付けています。お問い合わせください。
☎ 広報戦略課 (TEL 0848-67-6007)



設置申込
フォーム

障害者委託訓練生募集

介護初任者研修科コース

時 10月3日(金)～令和8年1月30日(金)

所 陽気株式会社(福山市神辺町)

定 5人

¥無料※教科書代など実費が必要。

対 公共職業安定所に求職登録している精神・身体・知的などに障害のある人

申 8月20日(水)までに住所地の公共職業安定所に応募用紙(HPに用意)を提出

①在宅Web制作科コース

②在宅ITパスポート学科コース

時 ①9月3日(水)～11月26日(水)

②12月3日(水)～令和8年2月26日(木)

所 e-ラーニング(インターネットを活用した自宅での通信訓練)

定 各コース2人

¥無料※②教科書代など実費が必要。

対 公共職業安定所に求職登録している広島県内及び近県在住の通所が困難な障害のある人

申 ①8月6日(水)②11月5日(水)までに住所地の公共職業安定所に応募用紙を提出

問 公共職業安定所または
広島障害者職業能力開発校
(TEL 082-254-1766)



↑県HP



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。

問 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→



男性の料理教室

時 25日(金)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

¥400円

申 18日(金)までに社会福祉協議会(TEL 0848-63-0570)へ

放送大学の入学生募集

放送大学では10月からの入学生を募集しています。授業科目は約300科目あり、1科目から学ぶことができます。

【申込期限】9月11日(木)

申 問 放送大学福山サテライトスペース(TEL 084-991-2011)

特定計量器(はかり)の定期検査

時 10日(木)

対 商店、工場、小口貨物取り扱い、学校、病院、薬局、野菜・果物出荷などで取引または証明にはかりを使用する人は、必ず検査を受けてください。

※対象者には案内を送付します。

問 商工振興課(TEL 0848-67-6072)

FAX 0848-64-4103)

市営住宅の入居者募集

【申込期間】窓口:7月22日(火)～8月1日(金)各8時30分～17時30分

電子申請:7月22日(火)8時30分～8月1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 問 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22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→



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。

「+〇〇」で始まる不審な電話に注意を!

近年、「+〇〇」で始まる電話番号からの着信が増加しています。これは、国際電話の番号を意味しており、日本は「+81」です。「+44(イギリス)」や「+86(中国)」など、さまざまな国からの国際電話が架空請求やサポート詐欺などの詐欺手口に利用され、固定電話や携帯電話に掛かってくる場合があります。

●知らない不審な電話には出ない! 折り返さない!
海外に知り合いがいない限りは、詐欺電話であることが多いため、電話に出ない、折り返さないように注意しましょう。また、固定電話であれば国際電話不取扱受付センター、携帯電話であれば各携帯キャリアに連絡し、国際電話を不通にするという手段も有効です。

人権標語 いじめはね 心も体も きずつくよ (小学5年生)

医療機関でがん検診などが受診できます

時 令和8年3月31日(火)まで

対 基本健診・特定健診、各種がん検診(胃・肺・乳・子宮・大腸など)

申 対象の医療機関へ

※対象の医療機関など詳しくは市HPで確認してください。



↑市HP



精神保健福祉相談

時 9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)

対 精神科医師による相談

申 4日(金)までに県東部保健所

(TEL 0848-25-4640)へ

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。心配ごとを年齢に関係なく誰でも気軽に相談してください。

時 25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)

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 対 カウンセリングルームここケア(宮沖五丁目 TEL 0848-62-2500)

対 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

ひきこもり相談

時 21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ステーション

(TEL 0848-36-6250)へ



↑市HP

健康

食中毒を防ぎましょう

高温が続くと食品に細菌が発生しやすくなります。食品を購入した後は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れるなどして、食中毒を防ぎましょう。

問 保健福祉課(TEL 0848-67-6053)

FAX 0848-64-2130)

美と健康のための骨盤底筋トレ教室

時 ①23日(水)②30日(水)各13時30分～15時

所 ①久井保健福祉センター②武道館

対 骨盤底筋体操と講話

出 マリエフィットネスサポート 松尾紀江さん

対 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の人

定 各30人

用 飲み物、動きやすい服装

申 18日(金)までに高齢者福祉課

(TEL 0848-67-6055)へ



↑申込フォーム

認知症サポーター養成講座と認知症相談会

認知症の正しい知識や認知症の人とその家族の気持ちの理解などを学ぶ講座です。講座を受講した人には認知症の人を支援する意思を示す「サポーターカード」をお渡しします。また、認知症に関する相談もできます。

時 所 定 ①15日(火)久井保健福祉センター②25日(金)大和保健福祉センター

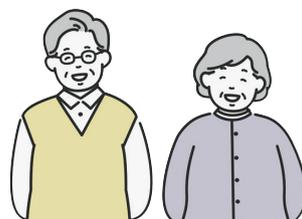
【講座】10時～11時30分:各30人

【相談】13時～15時:各4人

申 14日(月)までに高齢者福祉課

(TEL 0848-67-6055)

FAX 0848-64-2130)へ



自衛官候補生などを募集

【区分】①自衛官候補生②一般曹候補生
対 ①②18～32歳(採用予定月の末日現在、33歳未満の人)

【応募期間】①9月4日(木)まで②9月2日(火)まで

【試験日】①ウェブ試験 9月16日(火)～19日(金)のうち希望する1日、身体検査・口述試験 9月21日(日)・22日(月)のうち希望する1日

②1次試験 9月16日(火)～19日(金)のうち希望する1日、2次試験 10月19日(日)～23日(木)のうち希望する1日

※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

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 21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。

問 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



看護職のための広島県ナースセンター出張就業相談

看護職員の再就業に向けた支援を目的に、出張就業相談を行います。看護職の求職や求人相談などに広島県ナースセンターの看護職員が応じます。

時 8月5日(火)13時30分～15時30分

所 サン・シープラザ3階

対 看護職として就業を考えている人・看護職を求める施設の人

問 広島県ナースセンター

(TEL 082-293-9786)

広島県ナースセンターHP →



キッズチャレンジ教室

時 ①7月31日(木)②8月1日(金)

各10時30分～12時30分

所 サン・シープラザ3階

内 おにぎらず、みそ汁作り

対 3～6歳の未就学児と保護者

定 各回10組※申込多数の場合は抽選。

申 7月15日(火)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↑

発達が気になる子どもの 家族の集い

子どもの発達に関する悩みや不安を、専門家(臨床心理士、作業療法士など)や先輩保護者に相談できます。

時 19日(土)10時～11時30分

所 サン・シープラザ3階

対 発達が気になるおおむね小中学生の子の家族

申 前日までに申込フォーム

から、またはこども安心課

「すくすく」

(TEL 0848-67-6359)へ



↑申込
フォーム

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、心配ごとは気軽に相談してください。

時 21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 間 こども安心課「すくすく」

(TEL 0848-67-6359

FAX 0848-67-5934)

子どもや家庭を持つことについて 楽しく考える「育児体験講座」 を開催します!

中学生、高校生などを対象に、子どもを産み育てることや、家族を持つことについて学び、体験する講座を開催します。乳幼児との触れ合いや、県立広島大学講師による座学などを通じて、楽しみながら将来の子育てについて考えてみませんか?

時 7月31日(木)、8月6日(水)・20日

(水)・31日(日)各14時～16時

※4日間の連続講座です。

所 児童館「ラフラフ」

内 座学(乳幼児の発達・子育てや親になること・妊娠出産についてなど)、人形を用いた体験、乳幼児・子育て中の保護者との交流、育児を学ぶボードゲーム

対 中学生～高校生年代(18歳まで)

定 30人

申 7月18日(金)までに申込

フォームから

間 育児体験講座事務局 株式会社

MCAT(TEL 0848-38-2261)



↑申込
フォーム



こころの健康相談

時 23日(水)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

申 16日(水)までに久井保健福祉セン

ター(TEL 0847-32-8551

FAX 0847-32-7944)へ

子育て応援

祝日の小児科救急当番医院

時 21日(月)9時～12時、13時～17時

所 三原市医師会休日夜間急患診療所

(宮浦一丁目TEL 070-3779-5600)

※診療時間内に事前に電話連絡してください。



ひとり親家庭などの医療費を 助成

内 平成19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6年分の所得税が非課税のひとり親家庭など

※受給中の人には、通知書を送付します。

用 保護者と子の健康保険情報を確認できるもの

申 子育て支援課または各支所へ

間 子育て支援課(TEL 0848-67-6045

FAX 0848-67-5934)

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



←市庁

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

ラフラフ 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(土)から

(TEL FAX 0848-

67-1123)へ

←市庁



バルーンショー+ちよこっとバルーンアート体験

時 6日(日) 14時～15時 内 バルーンアーティストによるパフォー
マンス、簡単な作品の制作体験 対 保護者と18歳までの子

おでかけ児童館「出張! ラフラフなまつり」

時 26日(土)14時～15時30分 所 久井保健福祉センター 内 緑
日遊び、ミニ製作 対 0歳児～小学6年生

陶芸教室 要申込

時 23日(水) 10時～12時 所 サン・シープラザ3階 内 お皿作
り 対 小学生 定 15人 ¥600円 ※焼き上がりは8月28日
(木)以降にラフラフで引き渡し。

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(水) 11時～12時 内 読み語り、ふれあい遊び、ファミ
サポ活動の相談など 対 ファミサポに関心がある子育て中の入