



運動普及リーダーによる ウォーキング企画 運動し隊

〜秋満喫名所・旧跡めぐり〜

とき 31日(金) 9時30分〜14時
ところ 集合:小泉町民会館

コース ①白滝山〜黒滝山縦走
8km ②白滝山登山6km

用意する物 昼食、

飲み物、タオル、
雨具、着替えな
ど

参加費 無料

申し込み 24日(金)までに保健
福祉課 ☎0848・67・60
53へ



さわやか健康体操in大和

とき ①6日(月)②14日(火)③
20日(月)10時〜11時

ところ ①大草公民館②榎梨公
民館③大和保健福祉センター
内容 生活に必要なストレッチ

や筋力トレーニングの紹介

対象 65歳以上の人

用意する物 タオルなど敷く物

※希望者は直接会場へ。

問い合わせ先 高齢者福祉課

(☎0848・67・6055)

健康相談

とき	ところ
9日(木) 13時15分〜15時15分	サン・シープラザ (☎0848・67・6053)
10日(金) 13時〜17時	久井保健福祉センター (☎0847・32・8551)
27日(月) 13時15分〜15時15分	大和保健福祉センター (☎0847・34・0960)
30日(木) 10時〜11時30分	本郷保健福祉センター (☎0848・86・3609)

内容 健診結果の相談、食生活

相談、血圧測定など

申し込み 各実施場所へ

11月のなんでも相談

とき ①10月16日(木)②11月7

日(金) 13時30分〜15時30分

ところ ①久井保健福祉セン

ター②サン・シープラザ4階

内容 精神科医師による相談

定員 各2人(申し込み先着順)

申し込み ①10月14日(火)まで

に久井保健福祉センター(☎

0847・32・8551)②11
月5日(水)までに保健福祉課
(☎0848・67・6061)へ

献血に協力を

とき 31日(金) 10時〜11時30
分、12時30分〜16時

ところ フジグラン三原(円一
町一丁目)

高齢者のインフルエンザ 予防接種

接種時期 今月〜12月に1回
対象 接種する意思が確認でき、
次のいずれかに該当する人

①接種日に65歳以上の人

②接種日に60〜64歳で、心臓腎

臓・呼吸器の機能または、ヒ

ト免疫不全ウイルスにより免

疫の機能に重い障害がある人

(身体障害者手帳1級に相当)

自己負担金 1,500円

※対象のうち、生活保護世帯、
市民税非課税世帯、介護保険料
段階1〜3、特例3の人は無料。

接種時に、介護保険料納付通知
書の写しが必要です。

※接種後に料金の払い戻しはで
きません。無料対象者で介護保

険料納付通知書がない人、市外
で接種する人は、事前に手続き

をしてください。

共同募金の助成事業 乳がんの無料検診 マンモグラフィー

～ピンクリボンキャンペーン～

とき 11月30日(日) 9時〜12
時

ところ 三原市医師
会病院(宮浦一丁
目)

対象 市内在住で
40歳以上の女性

※授乳中や豊胸手術をしている
人は受けられません。

定員 25人(多数の場合抽選)

申し込み 31日(金)までに往復
はがきに「検診希望」と記入し
て、①住所②名前③生年月日④
年齢⑤電話番号を人権推進課
(〒723-8601港町三丁目5番
1号 ☎0848・67・6044)へ



※接種は義務ではありません。
問い合わせ先 保健福祉課(☎
0848・67・6234)

高齢者虐待防止講演会

とき 15日(水) 10時〜11時30分

ところ 中央公民館

演題 ところ通わせる介護

講師 認知症の人と家族の会

大谷順子さん

定員 150人(申し込み先着

順)

受講料 無料

申し込み先 高齢者福祉課(☎
0848・67・6055)

もの忘れ相談

とき 9日(木) 13時30分〜15時

30分

ところ 市役所本庁4階

内容 介護相談員による認知症

の介護・生活支援の相談

定員 2人(申し込み先着順)
申し込み先 高齢者福祉課(☎
0848・67・6055)

機能訓練室利用の ための講習会

とき 16日(木) 13時30分〜15時

30分

ところ サン・シープラザ3階

内容 運動機器を効果的に活用

するための講習

対象 65歳以上

で、要支援・要
介護認定を受
けていない人

定員 15人(申し
込み先着順)

受講料 無料

申し込み先 高齢者福祉課(☎
0848・67・6055)

