



### 自殺予防対策 ゲートキーパー養成講座

悩んでいる人に気付き、必要な支援につなげるゲートキーパーの養成講座です。

とき ①6日(木)②7日(金)13時30分～15時

ところ ①サン・シープラザ4階②本郷生涯学習センター

演題 お金にまつわる諸問題の解決について

講師 三原みなと法律事務所弁護士 宮武利行さん

申し込み先 保健福祉課(☎0848・67・6061)

いつのなんでも相談

とき 7日(金)13時30分～15時30分

ところ サン・シープラザ4階

内容 精神科医師による相談  
定員 2人(申し込み先着順)

申し込み 5日(水)までに保健福祉課(☎0848・67・6061)へ

### 健康相談

とき	ところ
13日(木) 13時15分～15時15分	サン・シープラザ (☎0848・67・6053)
14日(金) 13時～17時	久井保健福祉センター (☎0847・32・8551)
17日(月) 13時15分～15時15分	大和保健福祉センター (☎0847・34・0960)

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

### 成年後見制度講演会

とき ①18日(火)②19日(水)10時～11時30分

ところ ①大和保健福祉センター②中央公民館

内容 判断能力が低下したとき、財産管理や契約を支援する成年後見制度についての講演

※各会場、3人まで個別相談を実施(要予約)。

講師 ①グループホーム宮浦力石政子さん②梅管園グループホーム 鳥越小百合さん

申し込み先 高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

### 家族のつどい&勉強会

とき 27日(木)13時30分～15時30分

ところ サン・シープラザ4階

演題 家族への心理教育

講師 小泉病院心理療法士 西村さやかさん

対象 心の病を抱える人の家族

申し込み先 精神障害者家族会

三保会(☎0848・67・7101)

### さわやか健康体操が 長谷で始まります

とき 火曜日(祝日・年末年始を除く)13時30分～14時30分

ところ 人権文化センター(長谷一丁目)

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



用意する物 タオルなど敷く物

問い合わせ先 高齢者福祉課

(☎0848・67・6055)

### もの忘れ相談

とき 13日(木)13時30分～15時

## こんにちは 保健師です 女性のがん検診を受けましょう



仕事や大切な人を優先して、自分のことを後回しにいませんか。女性のがんが増加しています。元気に仕事を続けるためにも、大切な人と幸せな時間を過ごすためにも、がん検診を受けましょう。女性的一生の中で最もかかりやすいといわれている乳がん。40・50代の死亡原因の1位にもなっています。月に1回は、鏡の前で「見て・触って」、胸に異常がないか確認しましょう。子宮頸がんの年齢別患者数は、25歳から徐々に増えており、35歳～39歳が最も多くなっています。検診では、がんになる前の状態で発見することができるので、早期発見が可能です。乳がん・子宮頸がんは、初期段階であれば90%以上が治る病気です。市では、20歳以上の女性を対象に、乳がん・子宮頸がんの無料検診を実施しています。希望する人は、医療機関に直接申し込みください。

三原市保健師 平岡夕佳

30分  
ところ 市役所本庁地下

内容 専門医による認知症の診断と治療の相談

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 20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)  
申し込み先 高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

### 大和町健康ウォーキング大会

とき 22日(土)9時～

ところ 大和サイクリングターミナル(大和町蔵宗)

コース 芦田川源流散策7km・3.5km

※小学生以下は保護者同伴。

申し込み 20日(木)までに申込書(保健福祉課、各保健福祉センター、各支所に用意)を大和町自治振興連合会(☎0847・33・0223)か保健福祉課(☎0848・67・6053)へ

### ジェネリック医薬品による医療費削減報告

国民健康保険では、ジェネリック(後発)医薬品に切り替えた場合、自己負担の削減額が大きい人へ通知をしています。

#### ●5月分の削減効果

切り替えた人数 3,638人  
削減された金額 769万3,934円

問い合わせ先 保険医療課 ☎0848・67・6050

### 生活・介護支援サポーター養成講座

とき 11月13日(木)・27日(木)、12月4日(木)・18日(木)(全4回)13時30分～16時30分

ところ サン・シープラザ4階

内容 高齢者や介護者を地域で支え合うことを考える講座

申し込み 11月10日(月)までに  
社会福祉協議会 ☎0848・63・0570へ

### 献血に協力を

◆1日(土)10時～12時、13時～15時 幸崎コミュニティセンター  
◆29日(土)10時～11時30分、12時30分～16時 イオン三原店(城町二丁目)



### 祝日の小児科救急当番医院

◆3日(月)9時～12時、14時～16時30分

ところ 興生総合病院(円一町二丁目) ☎0848・63・5500

◆24日(月)8時30分～17時30分

ところ 三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目) ☎0848・67・7040

### 子育て支援センターでの子育て相談

①6日(木)10時～11時 円一保育所(円一町二丁目)

②18日(火)10時～11時 本郷ひまわり保育所(下北方一丁目)

内容 身体測定、育児・栄養・歯科相談、遊びの広場

対象 乳幼児と保護者

用意する物 母子健康手帳  
問い合わせ先 保健福祉課 ☎0848・67・6061

### パパも一緒に親子ストレッチ

とき 9日(日)10時30分～11時30分

ところ 中央公民館 大講堂

内容 ふれあい遊び、ストレッチ講師 子育て支援グループおちやる 岡本光枝さん、大木なつよさん、上田里恵さん

対象 1～5歳児と保護者

※子どもと母親でも参加可能。  
定員 25組(申し込み先着順)

申し込み 7日(金)までに、FacebookかEメールで①参加者全員の名前②子どもの生年月日③住所④電話番号を子育て支援課 ☎0848・67・6045 ☎0848・64・2130

kosodate@city.mihara.hiroshima.jpへ



▲2次元コード

### 子育て応援相談

とき 火・木曜日10時～12時、13時～15時

ところ サン・シープラザ3階

内容 乳幼児の発達や子育て相談、専門機関の紹介など  
対象 乳幼児の保護者

## 今月は児童虐待防止推進月間

**ためらわず 知らせてつなぐ 命の輪**  
児童虐待は、より早く発見し、対処することが重要です。あなたからの相談が子どもを救う手掛かりになります。  
**児童虐待専用通告電話(24時間)**  
☎0848・67・6088  
**子育て相談電話(子育て支援課)**  
☎0848・67・6045

### 児童虐待問題講演会

とき 11月28日(金)15時～16時30分  
ところ 中央公民館 中講堂  
演題 児童養護施設からみた虐待の現状  
講師 広島新生学園園長・理事長 上栗哲男さん  
定員 150人(先着順)  
問い合わせ先 子育て支援課 ☎0848・67・6045



▲上栗哲男さん

申し込み先 保健福祉課 ☎0848・67・6061

### 子育て支援サロン

とき 火・木曜日10時～12時、13時～16時

ところ サン・シープラザ4階

内容 ふれあい遊び、絵本や遊具遊び、子育て相談など

対象 乳幼児と保護者  
問い合わせ先 保健福祉課 ☎0848・67・6061

### ベビーマッサージ

とき 28日(金)①10時～11時②11時～12時

ところ 宮浦コミュニティセンター

対象 ①2～5カ月児②6～11カ月児

カ月児と保護者参加費 300円

申し込み 21日(金)までに宮浦コミュニティセンター ☎0848・62・7944へ

### 離乳食教室

とき 14日(金)13時30分～15時

ところ サン・シープラザ3階

内容 離乳食のすすめ方、調理実習、試食など

対象 0～6カ月児の保護者  
参加費 無料  
用意する物 母子健康手帳、エプロン、筆記用具

※託児も可能(要予約)。  
申し込み 7日(金)までに保健福祉課 ☎0848・67・6061へ