



男性の料理教室

とき 24日(金)10時～13時
ところ サン・シープラザ3階
対象 65歳以上で1人暮らしの男性、男性介護者
定員 30人(申し込み先着順)
参加費 250円
用意する物 エプロン、三角巾
申し込み 17日(金)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ

チャレンジフォーラム

とき 11日(土)13時～16時
ところ 県民文化センターふくやま(福山市東桜町)
演題 高齢者の暮らしを地域全体で支える「地域包括ケアシステム」の構築

講師 三菱UFJリサーチ&コンサルティング(株)社会政策部 部長 岩名礼介さん

申し込み 6日(月)までに高齢者福祉課(☎0848・67・6055)へ

市民公開講座 暮らしと医療・介護を考える

とき 25日(土)13時～16時
ところ 中央公民館

演題 みんなが主役になれる地域をつくるために

講師 東洋大学ライフデザイン学部准教授 八木裕子さん

申し込み先 高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

運動機器の利用講習

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 安全で効果的に運動機器を利用するための講習



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 10人(申し込み先着順)
申し込み先 高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

家族介護者の交流会

とき 14日(火)10時30分～15時
ところ みはらし温泉
内容 食事や交流会、介護相談

対象 要介護1以上の人を在宅で介護している家族
定員 90人(申し込み先着順)
申し込み 7日(火)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ

精神保健福祉相談

とき 15日(水)13時30分～15時30分
ところ 東部保健所(尾道市古浜町)

内容 精神科医師による相談
申し込み 10日(金)までに東部保健所(☎0848・25・4640)へ

薬局で糖尿病のリスク測定ができます

実施薬局 モリオ薬局、プラザ薬局、ときわ薬局宮沖店、フジ薬局、佐藤薬局
期間 3月末まで

※通年で実施している薬局については、市ホームページで確認してください。

内容 血糖値の自己測定、薬剤師による結果説明と指導
対象 特定健康診査を受診していない人

測定料 無料
問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

今年度40・50・60歳の方は 歯科健診を無料で受診できます

期間 3月末まで
 ※対象者には無料券を送付しています。市内の歯科医院を受診するときに無料券を提示してください。

問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

みんなのなんでも相談

とき 17日(金)13時30分～15時30分
ところ 本郷保健福祉センター

内容 精神保健福祉士による相談
定員 2人(申し込み先着順)
申し込み 15日(水)までに本郷保健福祉センター(☎0848・86・3609)へ

今年度最後の集団健診

とき 3月7日(火)～10日(金)8時30分～10時30分
ところ リージョンプラザ

内容 各種がん検診など
申込期限 2月7日(火)まで
 ※詳しくは広報みはら1月号または市ホームページで確認してください。

申し込み先 保健福祉課(☎0848・67・6053)



第10回「ころ」♥ネット みはらまつり

とき 3月4日(土)11時～15時30分
ところ サン・シープラザ3階

献血に協力を

とき ①7日(火)13時～16時 ②25日(土)10時～12時、13時～16時
ところ ①三原赤十字病院 ②イオン三原店



問い合わせ先 保健福祉課(☎0848・67・6053)

パーキンソン病教室

とき 3月9日(木)13時30分～15時
ところ 尾道市立市民病院(尾道市新高山)

テーマ ①パーキンソン病体操 ②パーキンソン病と認知症
講師 ①尾道市立市民病院理学療法士 富安真弓さん ②尾道市立市民病院内科医師 山脇泰秀さん

対象 パーキンソン病の人と家族
問い合わせ先 県東部保健所(☎0848・25・4640)