



### 薬局で糖尿病リスク測定ができます

市内の薬局で血糖値の簡易測定が無料でできます。糖尿病の予防・早期発見につなげましょう。

**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** 特定健診を受診していない人

**問い合わせ先** 保健福祉課(☎0848・67・6053)

実施薬局(11月末まで)	問い合わせ先
なの花薬局宮浦店	0848・29・8000
あおぞら薬局	0848・61・3336

### 乳がん無料検診

**とき** 11月25日(日)9時～12時

**ところ** 三原市医師会病院

**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(多数の場合は抽選)

**申し込み** 10月24日(水)までに、往復はがきで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

### 高齢者インフルエンザ予防接種

**接種時期** 来年1月までに1回

**対象** ①または②に該当する人

①接種日に65歳以上

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

**自己負担額** 1500円

※生活保護世帯、市民税非課税世帯、介護保険料段階1～3の人は無料です。介護保険料納付通知書の写しを用意してください。

※接種後に料金の払い戻しはできません。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してください。

**問い合わせ先** 保健福祉課(☎0848・67・6234)

### 11月の何でも相談

**とき** 25日(木)13時30分～15時30分

**ところ** 久井保健福祉センター

**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** 23日(火)までに久井保健福祉センター(☎0847・32・8551)へ

### 休日の健診

**とき** 21日(日)8時30分～

**ところ** 三原市医師会病院

**内容** 各種健診、がん検診など

**定員** 各30人(申し込み先着順)

**料金** 有料(健診項目による)

**申し込み先** 三原市医師会病院(☎0848・67・7030) ☎0848・67・7067)

### 認知症サポーター養成講座

**とき** 11月3日(土)10時～11時30分

**ところ** 中央公民館 中講堂

**講師** 南部地域包括支援センター三恵苑センター長 若林裕旨さん

**定員** 150人(申し込み先着順)

**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** 12日(金)13時30分～15時30分

**ところ** サン・シープラザ3階

**対象** 要支援 要介護認定を受けたいない65歳以上の人

**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)

### 男性の料理教室

**とき** 19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、または介護中の男性

**定員** 30人(申し込み先着順)

**参加費** 250円

**申し込み** 12日(金)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ

### 水泳教室の体験会

**とき** 29日(月)16時40分～18時40分

**ところ** リージョンプラザ

**対象** 3歳以上の障害のある人と家族

**申し込み** 22日(月)までにみはらスイミー阿部さん(☎090・4147・6856)へ

### パーキンソン病教室

**とき** 11月8日(木)13時30分～15時

**ところ** 尾道市立市民病院

**演題/講師** ①歌いながらできるエクササイズ/同病院理学療法士 奥川若湖さん・桃谷美穂さん②パーキンソン病の排尿障害とその対策/同病院医師 山脇泰秀さん

**対象** パーキンソン病患者と家族

**問い合わせ先** 県東部保健所

(☎0848・25・4641)

### 精神保健福祉相談

**とき** 17日(水)13時30分～15時30分

**ところ** 県東部保健所(尾道市吉浜町)

**内容** 精神科医師による相談

**申し込み** 12日(金)までに県東部保健所(☎0848・25・4640)へ

### 認知症講演会

**とき** 11月8日(木)13時～15時

**ところ** 市民福祉会館5階

**演題・講師** 認知症の方へのコミュニケーションのコツ/広島県認知症ケア専門士会理事 牛尾谷子さん

**定員** 150人

**問い合わせ先** 広島県東部認知症疾患医療センター(☎0848・61・5515)

### アレルギー疾患がある人のための防災力講座

**とき** 15日(月)10時～13時

**ところ** 本郷保健福祉センター

**内容** 防災に関する講演、非常食の試食

**定員** 25人(申し込み先着順)

**申し込み先** アレルギーの会ひだまり 矢島さん(☎080・8510・2204)