



**風しん予防接種の費用を助成します**

**期間** 来年3月31日(火)まで

**対**市内に住民登録し、風しんの抗体価が低く予防接種を受けた①②いずれかに該当する人  
 ①妊娠を希望する女性または同居の家族

②風しんの抗体価の低い妊婦の同居の家族

**助成額** 全額

**用**印鑑、抗体検査の結果を証明する物、予防接種の領収書、通帳

**申**保健福祉課(☎0848・67・6234)

**目の相談会**

**時**19日(月)10時～17時

**所**サン・シープラザ4階

**内**視覚障害教育相談支援センターの教員による視力検査と個別相談

**対**乳幼児・中学生と保護者など  
**定**10人(要申し込み)

**申**16日(金)までに保健福祉課(☎0848・67・6061)へ

**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できます。糖尿病の予防・早期発見につなげましょう。

実施薬局(8月～9月)	問い合わせ先
なの花薬局セトピア店	0848・64・5965
三原こころ薬局	0848・36・6152
モリオ薬局	0848・61・1193
本郷薬局	0848・86・1762
みのり薬局港町	0848・81・2311
イオン薬局三原店	0848・61・3866

**内**血糖値の自己測定、薬剤師による結果説明と指導

**対**40～74歳で特定健康診査を受診していない人

**料**無料(年度に1回まで)

**問**保健福祉課(☎0848・67・6053)

**健康づくり応援講座**

**時**9日(金)13時30分～15時30分

**所**本郷保健福祉センター

**内**健康運動指導士の松本直子さんによるラジオ体操とウォーキングについての講演、健康

づくりに役立つ情報の紹介

**定**50人(要申し込み)

**申**保健福祉課(☎0848・67・6053)

**運動機器の利用講習**

**時**22日(木)13時30分～15時30分

**所**サン・シープラザ3階

**対**要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の人

**定**10人(要申し込み)

**申**高齢者福祉課(☎0848・67・6055)

**いろいろのなんでも相談**

**時**30日(金)13時30分～15時30分

**所**本郷保健福祉センター

**内**精神科医師による相談

**定**2人(要申し込み)

**申**28日(水)までに本郷保健福祉センター(☎0848・86・3609)へ

**男性の料理教室**

**時**23日(金)10時～13時

**所**サン・シープラザ3階

**対**65歳以上で1人暮らし、または介護中の男性

**定**30人(要申し込み)

**料**2500円

**申**16日(金)までに社会福祉協議会(☎0848・63・0570)へ



**こんにちは 保健師です**

**がん検診を受けましょう**

がんは日本人の死因で最も多く、2人に1人が生涯に1度はかかるといわれています。早期がんは自覚症状が現れにくいので、早めに発見するには定期的に検診を受けることが大切です。

皆さんは今年度検診を受診しましたか。国は肺と大腸がんの検診を年1回、胃・子宮・乳がんの検診を2年に1回受診するよう、勧めています。乳がんの場合、2cmまでの大きさで、リンパ節に転移していないうちに発見し治療すれば、5年生存率が100%に近いといわれています。早期発見・早期治療することで、治る可能性は高くなります。

市では、10月に三原・本郷地域で実施する検診の申し込みを受け付けています。詳しくは今月号の広報みはら10～12ページで確認してください。早期発見・早期治療につなげるため、皆さん申し込んでください。

三原市保健師 高下康代

**三原断酒友の会**

**時**①水・土曜日18時～20時②第1・3月曜日12時～14時

**所**市民福祉会館

**内**体験を話すことで心の回復をめざし、断酒を継続するための集い

**問**三原断酒友の会 甲田さん(☎080・5232・0656)

**アルコールと健康を考える講座**

**時**8月7日(水)、9月4日(水)、10月2日(水)、11月13日(水)

**時**13時30分～15時

**所**久井保健福祉センター

**内**断酒についての座談会、お酒の悩みの個別相談

※個別相談の申し込みは前日まで。

**申**久井保健福祉センター(☎0847・32・8551)

**小児難病講演会・交流会**

**時**21日(水)14時30分～16時30分

**所**県東部保健所(尾道市古浜町)

**演題**／講師 子どもの白血病とは？／広島大学病院医師 川口浩史さん

**対**白血病に罹患している子の保護者、養護教諭など

**申**14日(水)までに難病対策センター(☎082・257・5072)へ

### 健康講演会

時 ①8月31日(土)14時～16時②

9月1日(日)10時～12時

所 広島三育学院

内 ①高血圧と心臓病②老化と認知症

※要約筆記を行います。

講師 米国認証自然療法医 ド

ナルド・ミラーさん

※申し込み不要。

問 広島三育学院(☎0847・33・

0311)

### 老人大学 ヨガ体験講座

時 ①9月18日(水)10時～11時30分

②10月30日(水)13時30分～15時

所 武道館

対 4月1日現在、59歳以上の人

定 各40人(多数の場合は抽選)

料 各500円

※詳しくは老人

大学HPで確認し

てください。

申 9月6日(金)(必着)までに往

復はがきに①希望日②郵便番

号・住所③名前(ふりがな)④

生年月日⑤性別⑥電話番号を

記入し、老人大学事務局(〒

723-0004 館町二丁目3番1号 ☎0

848・64・6868)へ



# 子育て 応援

### 祝日の小児科救急当番医院

時 12日(月)8時30分～17時30分

所 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相談

時 27日(火)10時～11時

所 あんず認定こども園

内 身体測定、育児・栄養・歯科相

談、遊びの広場

対 乳幼児と保護者(申し込み不要)

用 母子健康手帳

問 保健福祉課(☎0848・67・

6061)

### 母子保健推進委員さんと遊ぼう

●ベビーサロン

時 22日(木)10時30分～11時40分

所 サン・シープラザ3階

内 ふれあい遊びなど

対 生後6カ月まで

の子と保護者(申

し込み不要)

用 バスタオル

問 保健福祉課(☎0848・67・

6061)

●ぴよぴよクラブ

時 23日(金)9時40分～11時

所 久井保健福祉センター

内 水遊び

対 未就園児と保護者(申し込み不要)

問 久井保健福祉センター(☎0

847・32・8551)

### キッズチャレンジ教室

時 24日(土)10時30分～12時30分

所 サン・シープラザ3階

内 夏野菜カレー作り

対 3～6歳児と保護者

定 10組(多数の場合は抽選)

申 14日(水)までに保健福祉課

(☎0848・67・6053)へ

### 離乳食教室

時 9月13日(金)①10時～10時40

分②11時～11時40分

所 サン・シープラザ

3階

内 離乳食の進め方、



試食など

対 ①4～6カ月児の保護者②7

～9カ月児の保護者

定 各20人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 9月6日(金)までに保健福祉課

(☎0848・67・6061)へ

### ひとり親家庭のための個別相談会

時 29日(木)13時～15時15分(う

ち45分)

所 市役所新庁舎2階

内 ①弁護士相談②養育費に関する

相談③就職に関する相談

対 ひとり親家庭の親または子(子

は20歳未満)、離婚前の人

定 各3人(要申し込み)

申 広島県ひとり親家庭等福祉連

合会(☎082・227・23

77)

## 子育て世代 包括支援センター すくすく

すくすくは子育て世代の悩みを解決する身近な相談窓口です。あなたの妊娠から出産・子育てまでをしっかりとサポートします。



申 問 すくすく(☎0848-67-6217)

### ●ハッピーランド

時 8日(木)13時～14時45分

所 サン・シープラザ4階

内 子育ての相談、親子遊びの紹介など

対 おおむね2歳までの子と保護者(申し込み不要)

### ●産後セルフケア教室

時 21日(水)10時～12時

所 サン・シープラザ4階

対 産後5カ月までの人

定 5人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 開催日の前日までにすくすくへ

### ●卒乳相談

時 28日(水)10時～12時

所 サン・シープラザ3階

対 おおむね2歳までの子と保護者

定 5人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 相談日の前日までにすくすくへ

### ●母乳相談

時 14日(水)10時～12時、13時～15

時のうち1時間

所 サン・シープラザ3階

内 産前・産後の乳房ケアの相談

対 出産前後の人

定 各4人(要申し込み)

用 母子健康手帳

申 相談日の前日までにすくすくへ