



定員のある行事について特に記載のない場合、原則として申し込み先着順です

三原看護専門学校 学校祭

和～つなげよう心と伝統～

とき 19日(日) 10時～15時30分
ところ 三原看護専門学校(円一町四丁目)
内容 もちつき、フリーマーケット、模擬授業、看護体験、展示、喫茶、茶道など
問い合わせ先 三原看護専門学校(☎0848⑦0801)

献血のお知らせ

- ◆11日(土) 10時～12時、13時～15時 幸崎コミュニティセンター
- ◆15日(水) 14時30分～15時30分 アートライト工業棟(西野四丁目)
- ◆17日(金) 10時～11時15分 関西住建棟(新倉二丁目)
- ◆25日(土) 10時～11時30分、12時30分～15時 JR三原駅前

こころのなんでも相談

- ◆10日(金) 本郷保健福祉センター
 - ◆30日(木) 大和保健福祉センター
- ※時間はいずれも13時30分～15時30分。
内容 精神科医師または精神保健福祉士による相談
相談料 無料
定員 各2人申し込み先着順)

健康相談

申し込み 相談日の2日前までに希望する各保健福祉センターへ
とき 9日(木) 13時15分～14時(受け付け)
ところ サン・シープラザ

お知らせ

(3階)
※本郷・久井・大和保健福祉センターでは随時実施しています。
内容 健診結果の説明、検尿、血圧測定など
用意する物 健康診査の結果、健康手帳
※希望者は直接会場へ。
問い合わせ先 保健福祉課(☎0848⑦6061)

高齢者のインフルエンザ予防接種

接種時期・回数 10月から12月までの、各医療機関が定める最終日までに1回
対象 次の①～③、または①③④のいずれも満たす人
①市内に住所がある人
②接種日に満65歳以上の人
③接種する意思が確認できる人
④接種日に満60歳以上65歳未満の人で心臓・腎臓・呼吸器機能に重い障害があり、日常生活が極度に制限されている人、およびヒト免疫不全ウイルスによって免疫機能が低下し、日常生活がほとんど不可能な人(おむね身体障害者手帳1級該当)

自己負担金 1,000円

※生活保護世帯の人、市民税非課税世帯の人は無料です。事前に印鑑、本人確認のできるものを持って、各保健福祉センターで申請してください。
※接種は強制ではありません。
※市外の医療機関で接種を希望する人は各保健福祉センターへ相談してください。
申し込み 直接、実施医療機関へ

パワーリハビリ一般講習会

とき 16日(木)13時30分～
ところ 大和保健福祉センター
内容 パワーリハビリ機器を使い、日常生活に必要な筋肉をつけるためのトレーニング
対象 継続してトレーニングを行う意欲のある20歳以上の人の人
参加費 無料
申し込み 15日(水)までに大和保健福祉センター(☎0847③40960)へ

子育て応援相談室

相談員による乳幼児の発達や子育てに関する相談窓口です。必要に応じてサービスや

専門相談・機関などを紹介します。
とき 毎週火・木曜日 10時～12時、13時～15時
ところ サン・シープラザ(3階)
対象 市内に住む乳幼児とその保護者
相談料 無料
問い合わせ先 保健福祉課(☎0848⑦6061)



みんなでウォーキング!

とき 26日(日)9時30分～12時
ところ 三原運動公園
内容 ウォーキングの正しい姿勢や歩き方の講習など
講師 広島市陸上競技協会指導普及部長(元オリンピック選手) 内藤靖男さん
参加費 200円(保険料)
用意する物 飲料水、タオル
※雨天の場合は中止。
申し込み・問い合わせ先 三原運動公園(☎0848⑧3900) 0848⑧5122)

健康づくりに関する問い合わせ先

保健福祉課 (☎0848⑦6061 FAX0848⑦5934)
 本郷保健福祉センター (☎0848⑧3609 FAX0848⑧6820)
 久井保健福祉センター (☎0847②8551 FAX0847②8351)
 大和保健福祉センター (☎0847④0960 FAX0847④0299)

全国一斉 赤い羽根共同募金が始まります ～地域の福祉、みんなで参加～

とき 1日(水)～12月31日(水)まで
 皆さんから寄せられた募金は、地域福祉の推進やボランティア活動、障害者福祉活動、社会福祉施設など幅広い福祉活動に活用されています。皆様のご理解とご協力をお願いします。
問い合わせ先 広島県共同募金会三原市支会(社会福祉協議会内☎0848③0570)

こんにちは 保健師です

いきいき元気な暮らしの秘訣

年を重ねても、いつまでもいきいきと元気に暮らしたい。そんな暮らしを実現するには、心身の健康や日常生活の動作など、今の自分の状態を知ることが一番の近道です。

市では、65歳以上の人を対象に、心身の機能を自分で確認し、機能低下の予防に生かすことができる『生活機能評価』という健診を実施しています。この健診で心身の機能低下が見られる場合は、運動や栄養・口腔機能改善教室などの介護予防事業を地域包括支援センターで紹介しています。自分の状態を知り、自分に合った介護予防を行うことで日常生活を充実にし、自分でできる生活の範囲を広げることができます。そしてそのことが、生きがいや目標を持って前向きに暮らすことにつながります。あなたも『生活機能評価』を受けて、いきいき元気な暮らしを始めてみませんか。

三原市保健師 山下 智恵子

地域生
59)、
③33
848
933
0



- ◆1日(水) 10時～12時
久井保健福祉センター
- ◆10日(金) 10時～12時
大和保健福祉センター
- ◆21日(火) 14時～16時
本郷福祉センター

障害者なんでも相談

活支援センター「さ・ポー」
 ト (☎0848⑧173
 6 FAX0848⑧1737)

すくすく広場

- ◆2日(木) 沼田東コミュニティセンター
- ◆3日(金) 中之町コミュニティセンター
- ◆21日(火) 宮浦コミュニティセンター
- ◆23日(木) 明神会館
- ◆29日(水) サン・シープラザ (3階)
- ◆31日(金) 糸崎コミュニティセンター

内容 身体測定、育児・栄養・歯科相談など

※時間はいずれも10時～11時

ポリオ予防接種について



10月に、下の表の各医療機関で、ポリオの予防接種が受けられます。
 対象 生後3か月以上90か月未満で、2回接種を済ませていない子ども
 料金 無料
 用意する物 予防接種券、予防接種予診票、母子健康手帳、住所が確認できる物
 ※予約が必要です。

※表の医療機関以外での接種を希望する場合は、問い合わせてください。
問い合わせ先 保健福祉課
 (☎0848⑦6234)

地域	医療機関名	電話番号	地域	医療機関名	電話番号
三原地域	金丸小児科医院	☎0848②3763	三原地域	三原赤十字病院	☎0848④8111
	川西医院	☎0848②2253		わかた小児科	☎0848⑦7999
	木原こどもクリニック	☎0848①0321	本郷地域	堀内医院	☎0848⑧2028
	興生総合病院	☎0848③5500	久井地域	くい市民病院	☎0847②6111
	武田小児科医院	☎0848②4814	大和地域	大和診療所	☎0847④0034

(50音順)

