



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

朝食メニューを募集

- ① 子や孫に食べさせたい朝ごはん
 ② 自分でつくる朝ごはん
対象 ①市内に住む、または通勤している人
 ②市内に住む、または通学している小・中学生、高校生
 ※10月25日(土)の保健福祉まつりで発表・表彰します。
申し込み 9月12日(金)までに応募用紙(保健福祉課、各保健福祉センターに用意)を記入して、保健福祉課(☎0848⑥76053)へ

「こころのなんでも相談

- ◆11日(金) 本郷保健福祉センター
 - ◆22日(火) 久井保健福祉センター
 - ◆30日(水) サン・シープラザ(4階)
- ※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
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

離乳食教室

- とき 16日(水)10時～12時
 ところ 本郷保健福祉センター
内容 調理実習、試食など
対象 4・5か月児の保護者 ※託児も可能です。
申し込み 11日(金)までに本郷保健福祉センター(☎0848⑥7609)へ

すくすく広場

- ◆3日(木) 沼田東コミュニティセンター
- ◆4日(金) 中之町コミュニティセンター

お知らせ

- ◆8日(火) 宮浦コミュニティセンター
- ◆10日(木) 明神会館
- ◆23日(水) サン・シープラザ(3階)
- ◆25日(金) 須波ハイツ集会所

マタニティスクール

- とき ①11日(金)10時～12時
 ②24日(木)10時～15時
 ところ ①大和保健福祉センター ②サン・シープラザ
用意する物 母子健康手帳、エプロン、米1/2合
申し込み ①9日(水)までに大和保健福祉センター(☎0847③40960) ②18日(金)までに保健福祉課(☎0848⑥76061)へ

健康相談

- ◆10日(木)13時15分～14時(受け付け) サン・シープラザ(3階)
- ※本郷・久井・大和保健福祉センターでは随時実施。

- 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。

たのしい親子の食育教室

- とき 26日(土)9時30分～14時
 ところ サン・シープラザ(3階)
内容 調理実習、レクリエーション
対象 小学生とその保護者
定員 25組(申し込み先着順)
用意する物 エプロン、三角巾、米1/2合
申し込み 18日(金)までに保健福祉課(☎0848⑥76053)へ

知って防ごう！食中毒

昨年、県内で発生した食中毒は259件で、その約8割が、カンピロバクターという食中毒菌を原因とするものでした。カンピロバクターをつけない・やっつけるために次のポイントを守り食中毒を防ぎましょう。

- 肉など、生ものを切った包丁、まな板は使用後に洗浄・消毒しましょう。
- 調理の前後は必ずせっけん

健康づくりとボランティア活動セミナー

- で洗いしましょう。
- 食品は中心までしっかりと加熱しましょう。
- 食器類などは熱湯や塩素系漂白剤で消毒し、十分に乾燥しましょう。
- 子どもや高齢者に生レバーなど、肉を生で食べさせないようにしましょう。

と	き	ところ
①7月17日(木)	9:30～12:00	本郷保健福祉センター
②7月28日(月)～7月31日(木)	※時間は①で個別に予約をとります。	
③8月26日(火)	14:00～15:30	本郷福祉センター
④9月2日(火)	9:30～12:00	
⑤9月9日(火)		
⑥9月17日(水)		

- 内容** 健康づくりやボランティア活動に関する講演・実技、個別相談、施設見学など
定員 30人(申し込み先着順)
※原則、全講座に出席できる人。
申し込み・問い合わせ先 本郷保健福祉センター(☎0848⑥7609)



健康づくりに関する問い合わせ先

保健福祉課 (☎0848⑥76061 FAX0848⑥5934)
 本郷保健福祉センター (☎0848⑧⑧3609 FAX0848⑧⑧6820)
 久井保健福祉センター (☎0847③②8551 FAX0847③②8351)
 大和保健福祉センター (☎0847③④0960 FAX0847③④0299)

ちょっと聞いてよ 元気自慢!

～これが私の健康みはら21～

自分や家族、まちの健康づくりに取り組んでいる人を募集します。みんなで元気自慢をしませんか?
 ※10月に開催される保健福祉まつりや市ホームページ、市のテレビ番組(三原市チャンネル)などで紹介します。
 募集人数 5人
 申し込み 25日(金)までに保健福祉課(☎0848⑥76037FAX0848⑥75934)へ

とんちには くい市民病院です

健診で何がわかる?

今回は健診で何がわかるか、検査で何の病気がわかるか、についてお話しします。検査には大きく2通りの方法があります。1番目は目で見て形の異常で判断する検査で、これを画像検査と言います。皆さんよくご存知の、レントゲン検査、胃や腸や気管支などの内視鏡検査、超音波(エコー)検査、マンモグラフィー、CT、MRI検査などが含まれます。画像検査は胃がん、大腸がん、肺がん、腎臓がん、子宮がん、脳腫瘍などほとんどのがんの発見と診断に絶大な力を発揮します。2番目は機能検査で、主に血液や尿を採って人間の臓器の働き具合を調べます。心電図検査や肺機能検査もこれに入ります。血液中の酵素活性や異常な物質の量を調べて、肝機能が良いとか、腎機能が悪いとか、貧血がある、血糖値が高い、コレステロール値が高いなどと診断します。

健診では主にこの2種類の検査を組み合わせ、最適な診断を導き出していきます。

市立くい市民病院 弘野 正司

ラジオ体操で健康づくり

とき 27日(日) 6時10分〜7時

ところ 久井運動公園久井町坂井原(雨天のときはB & G海洋センター体育館)

内容 ラジオ体操、体力測定 ※希望者は直接会場へ。

問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥76037)



家族のつどい&勉強会

とき 8日(火) 13時30分〜15時

ところ 就労継続支援B型事業所 やっさ工房中之町五丁目

演題 三原で安心して暮らし

ていくために「三原市内の社会資源や福祉制度について考えよう」

講師 地域生活支援センター「さ・ポート」施設長 長谷部隆一さん

対象 心の病を抱える人の家族

参加費 無料
 申し込み先 三原地区精神障害者家族会「三保会」事務局 やっさ工房内 ☎0848⑦7101

ひきこもり相談

とき 来年3月までの奇数月 第3水曜日 13時30分〜15時30分

ところ 尾三地域保健所

内容 精神科病院専門医師による相談

申し込み 相談日の前日までに尾三地域保健所 ☎0848④2322へ

肝炎インターフェロン治療費を助成しています

県では、B型・C型ウイルス性肝炎でインターフェロン治療を受ける人に、4月から入院・通院の医療費の助成をしています。

申し込み・問い合わせ先 尾三地域保健所 ☎0848④2322

障害者なんでも相談

◆2日(水) 10時〜12時
 久井保健福祉センター

◆11日(金) 10時〜12時

大和保健福祉センター

◆15日(火) 14時〜16時

本郷福祉センター

相談員 障害者生活支援センター、または地域生活支援センターの相談員
 問い合わせ先 障害者生活支援センター ☎0848③3319 FAX0848③3359、地域生活支援センター ☎0848②1736 FAX0848②1737

被爆二世健康診断

対象 両親のいずれかが原子爆弾被爆者である人広島被爆は昭和21年6月1日以降に、長崎被爆は昭和21年6月4日以降に生まれた人
 申し込み期間 1日(火)〜来年1月15日(木)
 実施期間 11日(金)〜来年2月28日(土)精密検査は、来年3月10日(火)まで

受診料 無料
 ※専用はがき(社会福祉課、各支所地域振興課に用意)、または県庁ホームページから電子申請で申し込んでください。
 問い合わせ先 社会福祉課 (☎0848⑥76058 FAX0848④2130)

お知らせ

