



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

19日(金)は食育の日です
 ~早寝、早起きをして朝ごはんを食べ、
 健やかな一日を過ごしましょう~

食育とは、生きる上での基本で、知育、徳育、体育の基礎となるものです。食に関する知識と食を選択する力を得て、健全な食生活の実践をめざします。

※19日は、市内全域のスーパーなどに食育推進ののぼりを立て、JR三原駅前でチラシを配布し普及啓発を行います。
 問い合わせ先 保健福祉課(☎0848⑥6053)

献血のお知らせ

◆6日(土) 10時~11時30分、12時30分~16時 ジャスコ三原店城町二丁目
 ◆30日(火) 10時~11時30分、12時30分~15時30分 三原市役所

まごころのなんでも相談

◆10日(水) 久井保健福祉センター
 ◆12日(金) 本郷保健福祉センター
 ※時間はいずれも13時30分~15時30分。

子育て講演会

とき 20日(土)13時30分~15時
 ところ リージョンプラザ文化ホール
 内容 明日からの子育てに元気がでる講演会
 演題 子育てって楽しいな
 講師 栗栖小枝子さん
 対象 未就学児の子育てをし

ている保護者
 定員 400人(申し込み先着順)
 ※託児も可能です。(1歳児以上。要予約)
 申し込み先 児童保育課 ☎0848⑥6042

キレイは元氣! からだづくり講座

とき ①16日(火)9時30分~12時 ②7月3日(金)10時~13時(全2回)
 ところ 本郷保健福祉センター
 内容 ①運動について②食事について
 対象 20代~40代の人
 定員 20人(申し込み先着順)
 用意する物 ①タオル、上履き、水分補給のできるもの
 ②エプロン、三角巾、筆記用具、米1/2合

すくすく広場

◆11日(木) 宮浦コミュニティセンター
 ◆17日(水) サン・シープラザ(3階)
 ◆18日(木) 明神会館
 ◆26日(金) 糸崎コミュニティ



イセセンター

※時間はいずれも10時~11時。
 内容 身体測定、育児・栄養・歯科相談など
 対象 乳幼児とその保護者
 参加費 無料
 用意する物 母子健康手帳
 ※希望者は直接会場へ。
 問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥6061)

健康相談

とき 25日(木)13時15分~14時(受け付け)
 ところ 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 (☎0848⑥6084)



子育て支援サロン

とき 毎週火・木曜日10時~12時、13時~16時

ところ サン・シープラザ(4階)
 内容 ふれあい遊び、絵本や遊具を使つての遊び、子育て相談など
 対象 乳幼児とその保護者
 参加費 無料
 ※希望者は直接会場へ。
 問い合わせ先 保健福祉課 (☎0848⑥6061)

パルスオキシメーターが障害者日常生活用具に追加されました

パルスオキシメーターとは、機器の一部を指先などに付けて、脈拍数と経皮的動脈血酸素飽和度動脈血液中の酸素濃度を監視する医療機器です。
 対象 呼吸器機能障害3級以上、または心臓機能障害3級以上、または同程度の身体障害者手帳を有する人で、必要と認められる人
 ※原則として3歳以上で在宅の人のみが対象となります。
 ※限度額5万円以内において、商品価格の1割は自己負担となります。
 ※購入前に申請が必要です。
 問い合わせ先 社会福祉課 (☎0848⑥6060 FAX 0848④2130)

新型インフルエンザ流行に備えて

○人込みや不特定多数の人が集まる場所への外出はできるだけ控えましょう。

○外出先から帰宅後は、必ず、うがい・手洗いをしましょう。

○バランスのよい食事や休養をとるなどし、抵抗力を高めましょう。

電話相談窓口(月～日曜日 8時30分～17時30分)

保健福祉課

☎0848-67-6053, 0848-67-6037

歯—モニターフェア in みはら

とき 6日(土)13時30分～16時

ところ サン・シープラザ(3階)

内容 歯科相談、ブラッシング指導、
歯により料理の展示・試食など

問い合わせ先 保健福祉課

(☎0848⑦6061)



食育月間

やっさランチコンテスト

「三原の特産物を使った料理のレシピを募集します！」

募集期間 30日(火)まで

対象 市内の小・中学生

※選ばれた作品のレシピ集を作り、全児童・生徒に配布します。

※優秀作品に対して、表彰を行います。

問い合わせ先 学校教育課

(☎0848⑦6155)

家族のつどい&勉強会

とき 23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 「こころの葉」の話

講師 薬剤師 武内滋子さん

対象 こころ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

局 やっさ工房内 ☎0848⑦7101

パワーリハビリ一般講習会

とき 15日(月)13時30分～

ところ 大和保健福祉センター

対象 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力をつけるためのトレーニング

対象 20歳以上の人

子育て応援相談室

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)

内容 乳幼児の発達や子育てに関する相談、専門機関の紹介など

対象 乳幼児の保護者

相談料 無料

問い合わせ先 保健福祉課

(☎0848⑦6061)

健康ウォーキング講習会

とき 17日(水)9時30分～12時

ところ サン・シープラザ

申し込み 12日(金)までに大和保健福祉センター(☎0847④0960)へ

ところ 白竜湖スポーツ村公園・白竜ドーム

内容 講習会と白竜湖周辺のウォーキング

対象 20歳以上の人

定員 1000人申し込み先

着順)

用意する物 歩きやすい服装、運動靴、水分補給のできるもの、タオル、筆記用具

申し込み 10日(水)までに保健福祉課(☎0848⑦6053)へ



離乳食教室

とき 24日(水)13時30分～15時

ところ サン・シープラザ

(3階)

内容 調理実習、試食など

対象 0～6か月児の保護者

定員 30人申し込み先着順)

用意する物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

※託児も可能です。(要予約)

申し込み 18日(木)までに保健福祉課(☎0848⑦6061)へ

健康づくりに関する問い合わせ先

保健福祉課(☎0848⑦6061 ⑦5934) 本郷保健福祉センター(☎0848⑥3609 ⑥6820)

久井保健福祉センター(☎0847②8551 ②8351) 大和保健福祉センター(☎0847④0960 ④0299)