



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

◆祝日の小児科救急当番医院◆

と き	医療機関名
20日(日) 9時～12時、13時～16時30分	三原赤十字病院(東町二丁目) ☎0848-64-8111
21日(月) 8時30分～17時30分	三原市医師会休日夜間急患診療所(宮浦一丁目) ☎0848-67-7040
22日(火) 9時～12時、13時30分～16時30分	興生総合病院(皆実三丁目) ☎0848-63-5500
23日(水) 9時～12時30分、14時～16時	わきた小児科(宮浦六丁目) ☎0848-67-7999

肺炎球菌予防接種に補助金を交付します

肺炎は高齢者死亡原因の上位を占めています。肺炎になる原因の第1位は、肺炎球菌です。市では、医療機関で肺炎球菌予防接種を受ける次の人に補助金を交付します。
対象 75歳以上で肺炎球菌予防接種を初めて受ける人
※接種は生涯に一回。
補助額 3,000円

申し込み 予防接種を受ける前に、印かんと保険証を持参し、保健福祉課☎0848(676234)、または各保健福祉センターへ

献血のお知らせ

◆19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(水) 13時～16時 小泉病院(小泉町)

マコころのなんでも相談

とき 18日(金)13時30分～15時30分
ところ サン・シープラザ(4階)

内容 精神科医師による相談
定員 2人申し込み先着順
相談料 無料

申し込み 16日(水)までに保健福祉課☎0848(676061)へ

やさしい精神保健福祉講座

ところ 市民福祉会館 5階

と き	内 容	講 師
9月26日(土)	人生とアルコール～アルコールと仲良くできるでしょうか～	小泉病院精神科医長 小河弘幸さん
10月 3日(土)	うつ病～うつ病への気づきと対処法～	三原病院精神科医 玉井 慶さん
10月10日(土)	統合失調症の理解と治療～病気と付き合うヒント～	三原病院精神科医 土岐 茂さん
10月17日(土)	ひきこもりの捉え方について～ひきこもりを巡るの悪循環について～	小泉病院医局長 小野晴久さん

※時間は13時30分～15時。
参加費 無料
申し込み先 社会福祉協議会☎0848(630570)

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
無料

◆16日(水) サン・シープラザ(3階)

◆25日(金) 須波ハイツ集会所
※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
※希望者は直接会場へ。
問い合わせ先 保健福祉課☎0848(676061)

キッズチャレンジ教室 食材に触れてみよう

とき ①19日(土)②27日(日) 10時～11時30分
ところ ①久井保健福祉センター②サン・シープラザ(3階)

内容 食育についてのお話、調理体験、クイズなど
対象 3～5歳児
定員 各15人申し込み先着順
用意する物 エプロン、タオル、飲み物

申し込み 14日(月)までに保健福祉課☎0848(676053)へ

子育て支援サロン

とき 22日を除く毎週火・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☎0848(676061)

子育て応援相談室

とき 22日を除く毎週火・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☎0848(676061)

健康相談

とき 17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せん。
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☎0848(676053)



自殺予防対策講演会 生きる力をつける処方箋

とき 12日(土)13時30分～15時30分
 ところ 芸術文化センター ポポロ
 講師 精神科医、立教大学教授
 香山リカさん
 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(☎0848⑥76061 FAX0848⑥75934)



介護劇&認知症ってどうしたらいいんじゃない?フォーラム

とき 30日(水)13時30分～15時30分
 ところ 大和勤労福祉センター(大和町和木)
 講師 大和診療所医師 藤家証一さん
 参加費 無料 用意する物 筆記用具
 ※希望者は直接会場へ。
 問い合わせ先 保健福祉課(☎0848⑥76359 FAX0848⑥5934)

こんにちは 保健師です



10日～16日は自殺予防週間です

日本では、平成10年から11年連続で毎年3万人を超える人が自殺で亡くなっています。

世界保健機関(WHO)は、毎年9月10日を「世界自殺予防デー」としており、それにちなみ、日本では10日からの1週間を自殺予防週間と定め、さまざまな取り組みを進めています。

近年、急速に社会が変化し、人間関係も複雑になる中で、私たちは常にストレスにさらされています。自殺から身を守るために重要なことは、社会とのつながりや安定した人間関係の維持などがあげられます。

日ごろから、周囲の人のこころの健康にも関心を持ち、変調に気づいたら声をかけたり、早めの医療機関の受診を勧めたりしましょう。

市では、こころの病気や自殺予防について正しい知識の普及啓発をするため、自殺予防対策講演会とやさしい精神保健福祉講座を開催します。大切な人のこころのサインに気づき、耳を傾けること、そして適切な対応を知ることが、自殺を防ぐ一歩です。

三原市保健師 安部順子

第12回「8020」3つの表彰

対象 市内に住む、80歳以上で、自分の歯が20本以上ある人(入れ歯は除いて数える)
 ※過去に表彰を受けた人は除きます。
 募集期間 30日(水)まで
 応募方法 市内の歯科医院で診査、推薦を受けてください。
 問い合わせ先 保健福祉課(☎0848⑥76061)

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 14日(月)までに本

郷保健福祉センター(☎0848⑥3609)へ

パワーリハビリ一般講習会

とき ①14日(月)②10月5日(月)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力をつけるためのトレーニング
 対象 20歳以上の人
 参加費 無料
 申し込み ①10日(木)までに保健福祉センター(☎0847③4960)へ

マタニティスクール

とき 29日(火)10時～15時

対象 子育て中の女性
 定員 30人(申し込み先着順)
 参加費 400円

子育て世代の健康講座 若く健康なカラダを

とき 30日(水)、10月8日(木)・15日(木)・30日(金)
 (全4回)10時～11時30分
 ところ 久井保健福祉センター
 内容 子育て期の大人の食事・健康体操・ストレス予防など
 対象 子育て中の女性
 定員 30人(申し込み先着順)
 参加費 400円

ところ サン・シープラザ3階
 定員 15人(申し込み先着順)
 用意する物 母子健康手帳、エプロン、米1/2合、飲み物
 申し込み 24日(木)までに保健福祉課(☎0848⑥76061)へ

肝臓病調理実習&試食会

とき 5日(土)10時～13時
 ところ サン・シープラザ
 講師 三原赤十字病院管理栄養士 川崎圭介さん
 定員 50人(申し込み先着順)
 参加費 500円
 申し込み先 社会福祉協議会(☎0848⑥30570)

医療講演会く小児救急の話

とき 5日(土)14時～16時
 ところ サン・シープラザ
 講師 三原赤十字病院小児科部長 平本啓さん
 定員 70人(申し込み先着順)
 参加費 無料
 申し込み先 社会福祉協議会(☎0848⑥30570)

HIV抗体検査とAIDS相談

とき 9日(水)9時～11時30分、15時～16時30分
 ところ 東部保健所尾道市古浜町
 ※検査は無料・匿名です。
 ※事前に予約が必要です。
 申し込み先 東部保健所(☎0848⑥2011)

健康づくりに関する 問い合わせ先

保健福祉課(☎0848⑥76061 FAX0848⑥5934) 久井保健福祉センター(☎0847②8551 FAX0847②8351)
 本郷保健福祉センター(☎0848⑥3609 FAX0848⑥6820) 大和保健福祉センター(☎0847③40960 FAX0847③40299)