

健康 保健行事

問 保健センター
☎823-4418 FAX.823-0020



保健センターでは、妊産婦や乳幼児対象の母子保健・成人の健康づくり・精神保健福祉に関する事業を行っています。子育て関係の事業の案内は14、15ページを確認してください。

●場所 保健センター

●さくらの会(精神障害者家族の会)

日時	12月19日(月) 13時30分～15時
内容	家族の抱える悩み、思いについて話し合う会です。 参加を希望する人は、保健センターまで連絡してください。 対象:家族など 申し込み:保健センターへ(電話可)

●ひまわり栄養相談(個別栄養相談)

日時	月～金曜日(祝日を除く) 9時～16時
内容	栄養士が食生活についてのアドバイスを行っています。(電話可)

●こころの相談室(精神保健福祉相談)

日時	12月19日(月) 13時30分～15時30分
内容	精神科医師が心の不安、思春期の悩みなどの相談に応じます。 対象:本人または家族など 申し込み:12月14日(水)までに保健センターへ(電話可) 相談:府中みくまり病院 医師 岡 英彦さん

健康 健康相談

問 福祉センター
☎823-7500 FAX.823-1411



- 日時 11月8日(火) 13時30分～14時30分
- 場所 福祉センター
- 内容 保健師による個別健康相談、血圧測定、検尿
- 対象 40歳以上
- 費用 無料(申し込み不要)

健康 11月8日は「いい歯の日」
歯科検診受けてませんか?

問 保健センター
☎823-4418 FAX.823-0020



口の中の細菌(歯周病菌)が糖尿病を始めとする生活習慣病などと深く関わっていることが分かっています。30代以降で有病率が高い歯周病ですが、自覚症状が乏しく、気づいた時には重症化していることが少なくありません。歯科検診を受けて異常の早期発見・早期治療をしましょう。歯科検診は健康長寿の第一歩です。

- 対象者 今年度、30歳・35歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人
対象者には5月末に歯周疾患受診券(ハガキ)を郵送しています。
- 自己負担額 500円(30歳・35歳・40歳・50歳・60歳になる人)、無料(70歳になる人)
※期限は令和5年3月末まで。
受診券を紛失した人は保健センターに連絡してください。

健康 お待たせしました!
心と体のハッスル教室(PART2)

問 保健センター
☎823-4418 FAX.823-0020

健康づくりのため、しっかり学んで、家族・友人・周りの人へ……一緒に発していきましょう! 希望の回のみ参加も可能です。

実施日	内容
11月24日(木)	「新しいことやってみよう! TRY♪モルック」 講師:モルック広島代表 香川 陽子さん
12月 7日(水)	「できるだけご機嫌な毎日のために♪ ～アンガーマネジメント入門講座～」 講師:臨床心理士 公認心理師 高見 知日子さん
2月 1日(水)	「睡眠教室～快眠のためのメリハリ生活～」 講師:広島国際大学 教授 田中 秀樹さん
2月 9日(木)	ゲートキーパー養成講座 「地域で支え・支えあう関係づくり ～この町で自分らしく暮らしたい～」 講師:社会福祉士 田中 洋子さん

- 時間 10時～11時30分
- 場所 織田幹雄スクエア(海田公民館)
- 申し込み 実施日3日前までに電話で保険センターへ



福祉 認知症カフェ

問 長寿保険課(役場1階)
☎823-9609 FAX.823-9627



認知症の人やその家族がゆったりと過ごしたり、必要な情報を集めたりすることを目的とした認知症カフェが町内2カ所で行われます。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前の予約など、必要な場合があります。必ず主催者に確認してください。

①海田町オレンジライン

- 日時 11月12日(土) 13時30分～15時30分
- 場所 ふるさと館
- 問い合わせ 原本 明美さん(☎090-8242-0639)

②認知症カフェ花みずき

- 日時 11月30日(水) 13時30分～14時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずき(大立町6-4)
- 問い合わせ ☎821-0201

福祉 在宅看取りセミナー
～在宅で看取るといこと、看取りへの思い～

問 長寿保険課(役場1階)
☎823-9609 FAX.823-9627



海田町では安芸地区医師会を中心に在宅看取りに積極的に取り組んでいます。

今回は実際に在宅看取りに携わっている医師や訪問看護師、ケアマネジャーと共に在宅看取りをした家族の体験談を交えたセミナーを開催します。将来に備えて話を聞いてみたい人もぜひ参加してください。

- 出席者
- ・よつばクリニック院長 柴村 英典さん
 - ・秋本クリニック院長 秋本 悦志さん
 - ・安芸地区医師会訪問看護ステーション 秋本クリニック看護師
 - ・居宅介護支援事業所ケアマネジャー
 - ・在宅看取りをされた家族

後半にシンポジウム方式で質疑応答を予定しています。

- 日時 11月24日(木) 14時～15時30分
- 場所 ひまわりプラザ 4階 ひまわりホール
- 定員 70人(先着順)
- 参加費 無料
- 問い合わせ 11月1日(火)から11月18日(金)の間に電話または窓口へ。

福祉 令和4年度「家族介護教室」
テーマ「きらりん☆はつらつ体操」

問 地域包括支援センター(役場1階)
☎821-3210 FAX.824-0291



健康・子育て・福祉情報サイト「かいたす」で動画を公開している高齢者向け体操を学ぶ教室を開催します。高齢者の介護をしている人はもちろん、介護や健康について関心のある人ならどなたでも参加できます。

- 日時 11月16日(水)13時30分～15時30分
- 場所 福祉センター 1階 ボランティア活動室
- 対象 海田町在住の要介護者を介護している人
介護に関心のある人
- 講師 地域包括支援センター職員
- 定員 10人(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 タオル
- 申し込み 電話で海田町地域包括支援センターへ申し込んでください。

福祉 介護の仕事を楽しむ学ぼう

問 長寿保険課(役場1階)
☎823-9609 FAX.823-9627



実際の介護現場の人も参加していただき、どのような仕事なのか、介護の基礎知識などを学ぶ研修会です。

- 日時 11月26日(土) 10時30分～15時
- 場所 海田東公民館
- 対象 主に町内在住で介護の仕事に興味のある人
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み 電話で長寿保険課へ
- 協力事業者 小規模多機能型居宅介護海田じらく房、特別養護老人ホーム 花みずき
- ※当日は施設見学も予定しています。

お知らせ 11月は児童虐待防止推進月間です
「もしかして?!」ためらわないで! 189(いちはやく)

問 こども課(役場1階)
☎823-9227 FAX.823-9627



児童虐待は、社会全体で解決すべき問題です。あなたの1本の電話で救われる子どもがいます。連絡は匿名で行うことも可能です。

体罰は法律で
禁止されています!!

このような行為はすべて体罰です

- ・言葉で注意したけど言うことを聞かないので、頬を叩いた
- ・大切なものにいたずらをしたので、長時間正座させた
- ・友達を殴ってケガをさせたので、同じように子どもを殴った
- ・他人のものを取ったので、お尻を叩いた
- ・宿題をしなかったので、ご飯を与えなかった