

募集 高齢者向け講座
「寿大学」、「縁寿サークル」



問 織田幹雄スクエア ☎822-7373 FAX.824-1125
海田東公民館 ☎823-2711 FAX.824-2311

寿大学(織田幹雄スクエア)、縁寿サークル(海田東公民館)の講座生を募集しています。

共に集い、学び、遊びながら充実した時間を過ごしましょう。

- 対象 おおむね60歳以上の人
- 活動 講演会・レクリエーションなど
- 年会費 1,500円(申し込み時)
- 申し込み 年会費を添えて、織田幹雄スクエアまたは海田東公民館まで。
(随時(日曜日・祝日を除く9時～17時15分)受け付け)

健康 7月は熱中症にご注意ください

問 保健センター
☎823-4418 FAX.823-0020

7月は、熱中症により救急搬送される人の数が多い月です。令和4年は、広島県で618人、全国で27,209人が救急搬送されています。

気温が高いだけでなく、湿度が高い場合も、熱中症になりやすくなります。

熱中症の危険性が高い場合は、気象庁と環境省から「熱中症警戒アラート」が発表されます。この場合は、外出や屋外での運動はなるべく控え、エアコンなどを使用して室温を調整しましょう。

健康 夏休みなどを利用して
子宮頸がんワクチンを接種しましょう

問 保健センター
☎823-4418 FAX.823-0020

令和5年4月1日(土)から、9価ワクチンが定期接種として追加され、子宮頸がんや性感染症の要因となるウイルスの、9タイプを予防できるようになりました。

接種完了までにおよそ6カ月かかります。長期休暇を利用して、接種しましょう。15歳未満で接種開始の場合は、通常3回のところが、2回で完了となります。

くわしくは海田町ホームページを確認してください。

健康 健康相談

問 福祉センター
☎823-7500 FAX.823-1411



- 日時 7月11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、検尿
- 対象 40歳以上
- 費用 無料(申し込み不要)

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	8月21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	7月19日(水) 13時30分～15時30分
内容	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:7月13日(木)までに保健センターへ(電話可) 講 師:地域生活支援センター モルゲンロート 精神保健福祉士 三宅 克己さん 場 所:福祉センター



健康 教養健康講座
ボディマッピング講座

問 福祉センター
☎823-7500 FAX.823-1411



『体の構造を理解して痛み・ゆがみの改善に取り組もう』

- 第1回 体の地図(ボディマップ)って何? 体の構造を確認してみよう
- 第2回 頭と背骨を理解して姿勢改善を目指して腰痛の軽減に取り組んでみよう
- 第3回 股関節と膝・足首と足の動きを理解して正しく歩いてみよう
- 第4回 腕肘・肩甲骨・手首の動きを理解して肩の不調(肩こり・猫背)の改善に取り組んでみよう
- 日時 8月2日、8月9日、8月23日、8月30日
すべて水曜日 13時30分～15時
- 場所 福祉センター 3階 和室①
- 対象 60歳以上の人
- 定員 10人(先着順)
- 講師 サンテバランスボディワーク&ヨガ代表 全米ヨガアライアンス認定講師 深見 加寿子さん
- 持ち物 筆記用具
- 参加費 1,000円
- 申し込み 7月10日(月)～7月24日(月)の間に参加費を添えて福祉センターへ(土・日曜日、祝日を除く9時～17時)

福祉介護 令和5年度
筋力向上トレーニング体験教室

問 長寿保険課(役場1階)
☎823-9609 FAX.823-9627



福祉センターの筋力向上トレーニングルームを使用した「筋力向上トレーニング教室」を開催します。

本教室では、筋力向上トレーニングルームに設置している器具の正しい使用方法を学ぶとともに、自主的・継続的な運動習慣を身につけることによって、介護予防および健康増進を図ります。

- 内容 ・健康チェック
・準備体操
・正しい器具の使用方法、運動方法
・整理体操 など
- 日時 (1クール)①8月16日(水) ②9月20日(水)、
③10月18日(水) ④11月15日(水)
(2クール)①12月20日(水) ②1月17日(水)、
③2月21日(水) ④3月13日(水)
10時30分～12時(受け付け:10時15分から)
- 場所 福祉センター 筋力向上トレーニングルーム
- 対象 町内在住の65歳以上の高齢者で、医師から運動の制限を受けていない人
- 定員 1クール 6人
- 参加費 参加費としてスポーツ保険料を負担していただきます。金額は申し込み時に問い合わせてください。
- 申し込み 電話で長寿保険課へ。

福祉介護 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。事前の予約などが必要な場合がありますので、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 7月1日(土) 13時30分～15時30分
- 場所 福祉センター
- 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 7月26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



お知らせ 重度心身障害者医療費、
精神障害者医療費、
ひとり親家庭等医療費の受給者証の
更新手続きが必要です

問 【重度心身障害者医療費、精神障害者医療費支給制度】
社会福祉課(役場1階) ☎823-9207 FAX.823-9627
【ひとり親家庭等医療費支給制度】
こども課(役場1階) ☎823-9227 FAX.823-9627

現在持っている受給者証の有効期限は7月31日(月)までです。8月1日(火)以降も引き続き医療費助成を受けるためには、更新手続きが必要です。対象者には6月中に更新申請書を送付しています。

※所得などの制限があります。くわしくは担当課に問い合わせてください。海田町ホームページでも確認できます。

●対象

重度心身障害者医療費支給制度

- ・身体障害者手帳の1～3級の交付を受けている人
- ・療育手帳A、A、Bの交付を受けている人

65歳以上の方が重度心身障害者医療費の助成を受けるためには、後期高齢者医療保険への加入が必要です。

精神障害者医療費支給制度

精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている人で、自立支援医療受給者証(精神通院)の交付を受けている人

ひとり親家庭等医療費支給制度

平成17年4月2日生まれ以降の児童を養育している、ひとり親家庭の父または母とその児童