

募 集

シルバー人材センター
会員募集

問 シルバー人材センター
☎823-2733 FAX.822-5512

入会説明会を開催します。

- 日時 9月10日(火)、9月24日(火) 13時30分から
- 場所 シルバープラザ
- 入会資格 町内在住で60歳以上の健康で働く意欲のある人
- 業務内容 墓地清掃・施設管理・一般企業清掃・機械除草・せん定・自動車運転・介護ヘルパー・育児支援(看護師または保育士を含む)など



健 康

姿勢測定会

問 福祉センター
☎823-7500 FAX.823-1411

AIがあなたの姿勢のゆがみやズレを数値化します。自分の姿勢を知ることは、将来の健康へのリスクを知ることにつながります。

分析結果をもとに、簡単な運動プログラムも紹介します。申し込み方法やくわしい内容については、福祉センターホームページを確認してください。

- 日時 9月29日(日)
10時～16時の毎時00分、20分、40分(全15部)
- 場所 福祉センター1階 会議室
- 対象 20歳以上
- 参加費 1,000円



健 康

9月10日～9月16日は自殺予防週間です
今月のこころの相談室

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

ゲートキーパーとは、「命の門番」ともいわれ、悩んでいる人に声をかけ、耳を傾け、必要な支援につなげる人のことです。ゲートキーパーの存在は、大切な命を守ることにつながります。あなたにもできます。悩んでいる人にそっと近づき、声をかけるところから始めてみませんか。

話すことで客観的に整理でき、心が軽くなることがあります。こころの相談室は、相談者に寄り添い、解決の糸口を探します。

- 日時 9月18日(水) 13時30分～15時30分
※1人30分程度。
- 場所 役場3階 会議室
- 対象 本人、家族、支援者
- 定員 3人
- 講師 府中みくまり病院 相談医 岡 英彦さん
- 参加費 無料
- 申し込み 9月12日(木)まで(電話可)。

健 康

保健行事

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

●家族向けプログラム(ひきこもり家族会)

これから先どうなるんだろう？ 家族としてできることはあるかしら？ 家族の皆さんと一緒に考えることで、少しでも家族の心の負担軽減を目的としたプログラムです。

日時	内容
9月28日(土) 14時～15時30分	先回りをやめて、子どもとしっかり向き合う方法
10月19日(土) 14時～15時30分	家族自身の生活を豊かにする

場 所:ひきこもり相談支援センター なないろ
対 象:ひきこもりの家族など、関係者
定 員:5～6人(完全予約制)
講 師:特定非営利法人 FOOT&WORK
理事長 下原 千夏さん(公認心理師、社会福祉士)
参 加 費:無料
申し込み:電話(☎573-0802)か
メール(shien@footandwork.com)で
ひきこもり相談支援センター なないろに
申し込んでください。



●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)
場所	健康づくり推進課

●福祉センター健康相談

日時	9月24日(火) 13時30分～15時30分
内容	フレイル予防のために、筋肉量の変化に注目しましょう。筋肉量は体組成計で測定できます。 内 容:筋力測定 健康相談(高血圧、脂質異常症など、生活習慣病にかかる相談) 従 事 者:介護予防運動指導員、保健師 持 ち 物:直近の血液検査データがあれば 持ってきてください 参 加 費:無料 申し込み:不要
場所	福祉センター



健 康

健診は受けた後が大事！
健診結果相談会

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

健診結果を見ながら、保健師などと一緒に大事な点を振りかえてみましょう。そして、自分の健康管理に活かしましょう。

	日程	時間	場所
1	9月19日(木)	10時～11時30分	織田幹雄スクエア304・305室
2	9月24日(火)	13時30分～15時30分	福祉センター 講座室2

- 対象者 令和6年度に健診を受診した人
- 定員 各日10人程度(1人30分程度の予約制です)
- 持ち物 健診結果
- 参加費 無料
- 申し込み 開催日前日までに電話で健康づくり推進課へ。



健 康

今年最後の集団健診です！
申込締切は10月10日(木)まで！

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

集団健診は、特定健診やがん検診など、いろいろな健診が一度に受けられます。



日程	場所	申し込み方法
11月16日(土)	福祉センター	電話または 二次元コード
11月17日(日)	ひまわりプラザ	

福 祉
介 護

認知症カフェ

問 長寿保険課(役場2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カ所でおこなわれます。参加にあたっては、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 9月7日(土) 13時30分～15時30分
- 場所 福祉センター(日の出町2-35)
- 問い合わせ 原本 明美さん(☎090-8242-0639)



②認知症カフェ花みずぎ

- 日時 9月25日(水) 13時30分～14時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずぎ(大立町6-4)
- 問い合わせ ☎821-0201

福 祉
介 護認知症サポーター
ステップアップ講座

問 長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX.823-9627

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けをする認知症サポーターの役割などを再確認するとともに、認知症高齢者などにやさしい地域づくりを推進することを目的に、認知症サポーターステップアップ講座を開催します。

第1回

- 日時 10月15日(火) 13時30分～15時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずぎ 地域交流スペース
- 講師 特別養護老人ホーム花みずぎ
事業統括部長 国清 浩史さん
介護主任 石橋 由香さん

第2回

- 日時 11月9日(土) 13時30分～15時30分
- 場所 役場1階 多目的室1-1A、1-1B
- 講師 海田町オレンジライン 代表 原本 明美さん(広島県社会福祉士会副会長)、安田 哲郎さん

- 内容 各回概ね共通
 - ・チームオレンジの設置
 - ・認知症基礎知識
 - ・認知症カフェにおける認知症サポーターの活動
 - ・グループワーク など
- 対象 認知症サポーター養成講座修了者(認知症サポーター)※申し込みの際に、認知症サポーター養成講座の修了年度などを確認します。
- 定員 各回20人程度
- 参加費 無料
- 申し込み 電話、FAXで申し込むか、直接長寿保険課の窓口へ(事前申し込み受け付け)。

お知らせ

スズメバチに注意してください

問 地域みらい課(役場3階)
☎823-9219 FAX.823-9203

秋は、働きバチの数や巣の大きさもピークを迎えるため、巣が緊張状態になり、スズメバチはより攻撃的になります。敷地内にある蜂の巣を駆除する場合は、その所有者または管理者が業者に駆除を依頼するなどの対応が必要です。

駆除業者協会

広島県ペストコントロール協会 ☎533-6668

協会に加入していない業者もありますので、電話帳やインターネットなどで探すこともできます。駆除費用が高額になる場合もありますので、トラブル防止のため、契約する前に金額などをよく確認してください。なお、管理者が分からない場所にスズメバチの巣がある場合は、管理者を調査しますので地域みらい課まで連絡してください。