

心や健康に関するお悩み

福祉相談

行政相談

離婚やDVに関するお悩み

妊娠・不妊相談

梅毒・エイズ・肝炎ウイルス検査

ひきこもり相談

など

## このようなお悩みや困ったことはありませんか？

内容に応じて専門的な対応ができる相談窓口をご紹介します。右記の二次元コードより問い合わせください。

相談無料  
お気軽に



おさんぽの先の“よりどころ”  
暮らしと学びの

## 図書館へ行ってみよう！



ホームページは  
こちらから

### 皆さんは、図書館を利用されたことがありますか。

図書館といえば「本を借りる場所」をイメージされる人が多いかもしれませんが、「調べものの相談ができる場所」でもあるのです。

調べてみたけれどよくわからなかった…

どうやって調べたらいいかわからない…

そんなときに図書館を利用してください。スタッフが役立つ資料を提供したり調べ方を伝えたりして、皆さんの調べものの手伝いをします。

もちろん「調べたいことはないけど散歩のついでに何となく寄ってみた」という人も大歓迎。図書館にはさまざまなジャンルの図書・雑誌・CD・DVDなどを取り揃えています。「まだ一度も行ったことがない」という人は、ぜひ足を運んでみてください。

次号からは、不定期で図書館おすすめの資料を紹介していきます。



町立図書館  
海田町南幸町1-11  
☎823-3215 FAX 824-3315

ChatGPT  
って、なに？

もっと  
野球が上手く  
なりたい！

初めて犬を飼うけど、  
気をつけるべきことは？

人生100年時代  
健康長寿をめざそう



## 「聞こえ」の変化、気づいていますか？

聴力低下の原因は、加齢だけではありません。

聞こえにくさは、誰にでも起こりうる変化です。聴力が低下すると、会話がしづらくなり、人とのコミュニケーションが減少します。その結果、外出や交流が減り、生活の質の低下につながる可能性があります。

聴力の変化を感じるのは40代頃

からとされていますが、大きな音を長時間聞くことによっても聴力が低下するなど、若い世代でも「ヘッドホン難聴」が増えています。

加齢に伴う聴力低下は特別なことではありませんが、聞こえが気になる人は、相談してください。

### 聞こえのセルフチェック

- 聞き返すことが多い
- 見えないところの車の接近に気づかない
- 話し声大きいといわれる

- 聞き間違いが多い
- 後ろから呼びかけられると気づかないことがある
- 電子レンジなどの電子音が聞こえない
- 耳鳴りがある

### チェックの数が…

- 1~2個 実生活でお困りのことがあれば、耳鼻咽喉科を受診しましょう
- 3~4個 耳鼻咽喉科で相談してみましよう
- 5個~ 早めに耳鼻咽喉科の受診をおすすめします

### 5月の休日診療当番医 (受付時間9時~17時30分(休憩時間13時~14時))



広島県内の当番医は「医療情報ネット」で確認できます。

※休日中の急な病気やけがを対象とした外来診療です。急を要さない場合は、平日の診療時間内に受診をお願いします。診療科目外の症状については、対応できない場合があります。休日当番医はやむを得ない事情により変更になることがあります。

日付	海田町	広島市安芸区	府中町	坂町・熊野町
3日(日・祝)	ちえ内科クリニック ☎847-6500	浅田心療クリニック ☎888-1191	わたえだ皮膚科クリニック ☎508-1112	済生会広島病院 ☎884-2566
4日(月・祝)		小野耳鼻咽喉科 ☎888-2113	高上クリニック ☎581-5533	
5日(火・祝)		大木クリニック ☎823-2236	西村内科医院 ☎281-6001	
6日(水・振替)		加藤内科胃腸科医院 ☎893-1221	益田眼科 ☎282-5058	
10日(日)	原小児科 ☎820-0606	瀬野川病院 ☎892-1055	前野医院 ☎281-2334	児玉クリニック ☎855-4700
17日(日)	海田よつ葉クリニック ☎562-2100	だて子どもクリニック ☎888-0018	むかいなだ耳鼻咽喉科・アレルギー科 ☎581-8733	藤田小児科医院 ☎854-0707
24日(日)	くすおか整形外科クリニック ☎824-0505	たにクリニック ☎823-2220	おかざき脳神経クリニック ☎581-1001	三登医院 ☎885-0037
31日(日)	森原内科胃腸科医院 ☎822-5550	根石医院 ☎823-2037	向洋駅前心療クリニック ☎286-2335	まきこ眼科クリニック ☎855-6022

救急相談センター広島広域都市圏(24時間) ☎#7119または☎246-2000  
看護師が緊急性や応急手当の方法、適切な医療機関などについて電話でアドバイスをを行います。

広島県小児救急医療電話相談 ☎#8000または☎555-8870  
(平日19時~翌8時、土日祝、年末年始(12月29日~1月3日)17時~翌8時)  
看護師が緊急性や応急手当の方法などについて電話でアドバイスします。

救急歯科診療  
広島口腔保健センター(広島市東区二葉の里3丁目2-4 ☎262-2672)  
歯科(日曜・祝日・お盆・年末年始9時~15時)



救急診療については海田町ホームページを確認してください。