

自衛官を募集しています

募集種目	内容	受付期間
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	入隊と同時に2等陸・海・空士に任命され教育隊での教育を経て各部隊に配属される新しい制度	年間を通じて受付
一般曹候補生	陸上・海上・航空自衛隊の曹となる自衛官を養成	【第2回】9月1日(火)まで 【第3回】9月15日(火)～11月20日(金)
航空学生	海上自衛隊・航空自衛隊のパイロットなどを養成	8月28日(金)まで

その他の募集種目、待遇など詳しくは、自衛隊広島地方協力本部東広島地域事務所(☎422-4252)へ問い合わせてください。

問総務課(役場3階)

☎823-9202

FAX 823-9203



健康

【初開催!!】
ランチプレート
食育講座

栄養バランス×食材料の仕入れ値や売値を考えながら、グループのみんなと協力してランチプレートを作ろう。
栄養士による食育講座にプラスして、生協ひろしまのファイナンシャルプランナーがマネーに関する楽しい学習会を開催します(調理および試食はありません)。食育グッズのお土産もあるよ。

●日時

8月21日(金)10時～12時

●場所

役場1階 多目的室1-1B

●対象

小学生

●定員

20人(先着順)

●講師

管理栄養士、生協ひろしまファイナンシャルプランナー

●参加費

無料

●申し込み

8月12日(水)までに健康づくり推進課へ

問健康づくり推進課(役場2階)

☎823-4418 FAX 823-0020





こころの相談室

身近な人には話づらい、あなたの悩みを専門家に話してみませんか？本人、家族、支援者など、気軽に相談してください。(主治医のいる人は、まずは主治医へ相談してください)

●日時

9月16日(水)13時30分～15時30分

●場所

役場3階 会議室

●定員

3人

●講師

府中みくまり病院 岡 英彦 医師

●参加費

無料

●申し込み

9月11日(金)までに健康づくり推進課へ

問健康づくり推進課(役場2階)

☎823-4418 FAX 823-0020

ロジコム福祉センター
健康相談

健康相談(保健師)

高血圧、脂質異常症など生活習慣病について個別相談できます。

筋力測定(介護予防運動指導員)

フレイル予防のために、体組成計で筋肉量を測定します。
※13時15分から整理券を配布します。(定員20人)

●日時

8月25日(火)13時30分～15時

●場所

ロジコム福祉センター 2階

●対象

どなたでも

●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

問健康づくり推進課(役場2階)

☎823-4418 FAX 823-0020

貯筋体操の
参加者募集!
まずは無料体験会へ

高齢者いきいき活動
1
ポイント

●日時

・無料体験会
9月18日(金)10時～11時30分
・教室(毎週金曜日・9回)
10月2日(金)～11月27日(金)10時～11時30分

●場所

町民センター 3階 ホール

●対象

町内在住の65歳以上の人(年度末年齢)

●定員

20人程度(定員になり次第募集終了)

●講師

健康運動実践指導者 山崎 亜希良さん

●持ち物

水分、タオル、上靴、動きやすい服装、ポイント手帳

●参加費

2,000円(体験会のみ参加は無料)

●申し込み

体験会は9月14日(月)まで、教室は9月28日(月)までに電話で健康づくり推進課へ

問健康づくり推進課(役場2階)

☎823-4418 FAX 823-0020

瀬野川健康
ウォーキング
開催決定!

高齢者いきいき活動
1
ポイント

●日時

10月3日(土)9時10分から受付

●場所

スタート/織田幹雄スクエア
ゴール/安芸区スポーツセンター

●対象

どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

●定員

250人

●持ち物

上履き、靴袋、飲み物、帽子

●参加費

無料

●申し込み

9月1日(火)から

問健康づくり推進課(役場2階)

☎823-4418 FAX 823-0020



筋力アップ×姿勢改善
(パーソナル筋トレ
サポート)

高齢者いきいき活動
1
ポイント

運動指導のプロからパーソナルトレーニング指導を受けて、正しく筋トレしませんか。食事面からもサポートします。

●期間

・初回
9月11日(金)または9月12日(土)
・最終回
1月29日(金)または1月30日(土)
初回と最終回はパーソナルトレーニング指導や計測があるため、必ずどちらかの日程に参加してください。
初回と最終回の間は、お得な筋トレルーム利用券をぜひ活用してください。

●場所

ロジコム福祉センター(筋力向上トレーニングルームほか)

●講師

理学療法士、管理栄養士

●参加費

2,000円

♪お得ポイント♪

・筋トレルーム利用回数券2冊 22枚(6,000円分(65歳以上2,000円分))付き！
・通常1,000円のシセイカルテ付き！
・体組成測定付き！
※シセイカルテとは：対象者の写真撮影画像データをもとに、姿勢のゆがみをAIで分析のうえ可視化し、改善のための推奨運動メニューを提案するシステムです。

●対象

・40歳以上(令和9年3月末時点)の人
・運動制限がなくおおむね4カ月間筋トレルームの利用ができる人
・初回までに一般的な健診結果(1年以内受診)を提出できる人

●持ち物

運動できる服装、室内用シューズ、飲み物

●申し込み

ロジコム福祉センター窓口へ：先着順(要：健診結果、参加費、加入健康保険が確認できるもの)

問ロジコム福祉センター

☎823-7500 FAX 823-1411



ひきこもり研修会

●日時

9月6日(日)13時30分～15時30分

●場所

東広島芸術文化ホールくらら 小ホール(東広島市西条栄町7番19号)

●対象

ひきこもりに関心のある人、支援者

●定員

150人(事前予約制・先着順)

●講師

KHJ全国ひきこもり家族会連合会 共同代表 日花 睦子さん

●参加費

無料

●申し込み

Google フォーム
またはFAX(082-573-7363)

問広島ひきこもり相談支援センター

☎573-1184
(hikikomori@footandwork.com)

第5回
スマートフォン
セミナー

高齢者いきいき活動
1
ポイント

今月のテーマ
①スマホで健康管理(フレイル予防)
②初めての生成AI(新しい検索・活用体験)

●日時

8月28日(金)13時30分～15時30分

●場所

役場1階 多目的室1-1A

●対象

町内在住の65歳以上の高齢者など
※契約中の通信会社を問わず参加可能。

●定員

20人※受講申し込みが10人以下の場合は中止。

●講師

ソフトバンク スマホアドバイザー

●参加費

無料

●申し込み

8月3日(月)から電話で地域包括支援センターに申し込んでください。

問海田町地域包括支援センター

☎821-3210

認知症カフェ

高齢者いきいき活動
1
ポイント

①認知症カフェ花みずき
●日時 8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 特別養護老人ホーム花みずき(☎821-0201)
②海田町オレンジライン
●日時 8月8日(土)13時30分～15時30分
●場所 ロジコム福祉センター(日の出町2-35)
●日時 9月5日(土)13時30分～15時30分
●場所 ひのうらセンター(中店8-33)
●問い合わせ 原本 明美さん(☎090-8242-0639)
●申し込み 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、必ず問い合わせ先に確認してください。
問長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX 823-9627

お知らせ

国保への加入脱退の
届け出を忘れずに

●国保加入の届け出が必要な場合

① 他の市町村から転入したとき
② 職場の健康保険の適用を受けなくなったとき
③ 職場の健康保険などの被扶養者からはずれたとき
※届け出をしない場合、医療費の窓口負担金が一時的に「全額自己負担」となります。

●国保脱退の届け出が必要な場合

① 他の市町村に転出するとき
② 職場の健康保険の適用を受けるようになったとき
③ 職場の健康保険の被扶養者になったとき
※国保資格を失った後にマイナ保険証または資格確認書を使って医療機関を受診した場合、国保が負担した医療費を返還する必要があります。

問住民課(役場2階)

☎823-9206 FAX 823-9627

13 広報かいた 2026.8月号

☎ 海田町の市外局番は 0822 です

広報かいた 2026.8月号 14