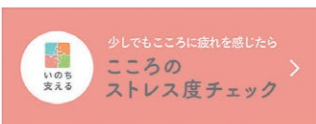


健康・福祉

こころのストレス度チェック

長引くコロナ禍で疲弊しがちなこころの健康を守るため、自分のストレス度をチェックしてみましょう。HPから簡単にチェックでき、結果によっては、相談先もご案内しています。

また、一人では悩みを解決することが難しいことがあります。抱えきれなくなる前に相談してみましょう。



新型コロナウイルス感染症対策

支援情報ナビ で検索

健康推進課 (☎0848-24-1962)
<https://corona.go.jp/selfcheck/>

高齢者肺炎球菌定期予防接種 期限は3月31日まで

対象者には昨年6月下旬にピンク色の案内はがきを送付しています。市の補助を受けて接種できるのは3月31日(水)までです。期限を過ぎると全額自己負担となります。

※過去に肺炎球菌予防接種(ニューモバックス)を接種した人は対象外です。

※案内はがきを紛失した人は、本人確認書類を持って窓口へお越しください。

健康推進課 (☎0848-24-1961)

献血 尾道市献血推進協議会 (☎0848-24-1177)

日時	場所
2/26(金) 9:30~12:45 14:00~16:00	ハローズ 因島店
3/13(土) 10:00~12:30 13:45~16:00	DCmダイキ 尾道店

※骨髄バンクドナー登録会も開催。
 ☎☎0120-150-554 (平日8:30~17:30)
<https://www.kenketsu.jp/Login>
 ※献血前日の17:00まで予約可能。(要会員登録)

健康相談など

成人健康相談

健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)ほか
 ※骨密度、体組成測定、物忘れチェックなし。

- 浦崎公民館
 2月19日(金) 9:30~10:30
 市民センターむかいしま
 ※前日までに要予約。
- 2月26日(金) 9:30~11:00、13:30~15:00
 健康推進課 (☎0848-24-1962)
- 因島総合福祉保健センター
 3月12日(金) 13:30~14:30
 因島総合支所健康推進課 (☎0845-22-0123)

こころの相談

こころの健康・ひきこもり相談(前日までに申込/☎2人)
 こころの悩みのある人か家族、または概ね18歳以上のひきこもり状態にある人か家族(治療中の人を除く)

総合福祉センター
 2月18日(木) 13:30~16:30
 3月 9日(火) 13:00~16:00
 担当 臨床心理士、心理士
 健康推進課 (☎0848-24-1962)

瀬戸田福祉保健センター
 3月5日(金) 13:00~16:00
 担当 精神保健カウンセラー
 因島総合支所健康推進課 (☎0845-22-0123)

御調保健福祉センター
 2月24日(水) 13:30~15:30
 御調保健福祉センター
 心の悩みのある人かその家族
 担当 公認心理師、保健師
 御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

もの忘れ何でも相談

認知症状のある人を介護している家族、認知症に関して不安や悩みを抱えている人

御調保健福祉センター
 ※要申込、個別相談。
 2月18日(木) 13:30~15:00
 北部地域包括支援センター (☎0848-76-2495)

東部保健所での相談(要申込)

- アレルギー疾患相談
 2月16日(火) 13:30~15:30
 3月16日(火) 13:30~15:30
 生活・栄養相談(子どもの相談は母子健康手帳持参)
- 精神保健福祉相談(精神科医師による相談)
 2月17日(水) 13:30~15:30
 広島県尾道庁舎
- B型・C型肝炎ウイルス検査
 ※要予約。
 3月18日(木)
 ※3月12日(金)までに要申込。結果は次週。
- HIV抗体検査・梅毒検査
 3月18日(木)
 ※匿名予約可。結果は当日。
 広島県東部保健所保健課 (☎0848-25-2011)

身体障害者 あるけあるけ

2月24日(水) 9:00~15:00 ※雨天決行。
 集合場所 総合福祉センター南隣駐車場(ザ・シューズ跡地)
 市内在住で身体障害者手帳をお持ちの人、その介護者
 平山都夫美術館周辺の散策と食事
 25人 ※介助についてはお問い合わせください。
 1,000円(交通費・食事代を含む) ※当日徴収。
 2月19日(金)
 尾道市身体障害者福祉連合会事務局 (☎0848-21-2177・☎0848-21-2178/平日14:00~17:00)

自死遺族の分かち合いの集い

大切な人を自死で亡くされた人が、普段は言えないことを話せる、分かち合いの集いです。
 ※秘密は厳守します。
 ※治療や指導は行いません。
 2月28日(日) 14:00~16:00
 アンテナ・コーヒーハウス(東土堂町11-3)
 ご家族・親戚を自死で亡くした人 300円
 アンテナ・コーヒーハウス (☎0848-22-2080)

女性のための健康セミナー

自分メンテナンスはじめてみませんか?
 美しく健康に歳を重ねていくために!
 3月1日(月) 13:30~15:00
 御調保健福祉センター
 市内在住の女性
 メディカルアロマについての講義
 ラベンダークリーム作り体験



講師 向原直美さん (JMAA日本メディカルアロマセラピー協会認定スペシャリスト)
 15人 ※託児(未就園児)あり、要予約。(定員3人)
 材料代600円、筆記用具、飲み物
 2月22日(月)
 御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

こんにちは 市民病院で

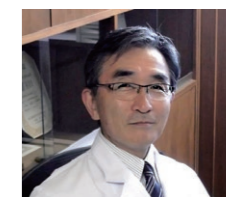
前立腺肥大症の手術は 経尿道的前立腺核出術(HoLEP)で

前立腺肥大症は良性疾患ですが、生活の質(QOL)に対する影響が大きく、男性の排尿に関する悩みの主な原因の一つです。そして、薬剤のみでは症状がよくなる人も多く、手術はいまだに極めて有効な治療法です。

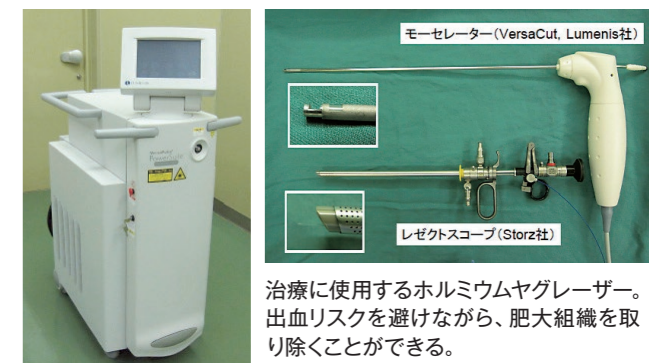
手術にはいくつかの方法があり、それぞれ優れた成績が報告されています。しかし、どの方法にも一長一短があり、完全な治療法というものは存在しません。その中で、当院では、ホルミウムヤグレーザーによる経尿道的前立腺核出術(HoLEP)に約10年前から積極的に取り組んでいます。

HoLEPは前立腺の大きさにかかわらず、出血等の大きなトラブルが少なく、根治を目指し肥大組織を取り除くことができる方法です。これは、ホルミウムヤグレーザーそのものが水中(灌流液中)での安全性が高いことと、残すべき被膜と取り除くべき肥大組織との間にダイレクトに入っていくという独特の手術法などによるものです。当院では、2010年1月から2020年9月の期間で、この手術を277件行い、有効性を確認することができました。当院でのHoLEPの治療成績

をまとめた論文では、2015年の広島医学会賞を受賞しています。
 前立腺肥大症に対する手術療法をお考えの患者さんは、お気軽に相談ください。



大枝 忠史 (院長/日本泌尿器科学会認定泌尿器科専門医)



治療に使用するホルミウムヤグレーザー。出血リスクを避けながら、肥大組織を取り除くことができます。

尾道市立市民病院 (☎0848-47-1155(代))

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日時・期間 場所 対象 内容 定員 料金 持ち物 備考

くらしの窓

健康・福祉

子育て

スポーツ

芸術・文化

情報アラカルト

相談