

新型コロナウイルス感染症予防等で、心と身体が弱ってきてはいませんか？
人混みを避けてウォーキングをしたり、家庭でできる運動に取り組んで、免疫力を高め、筋力低下を防ぎましょう！そこで、たった10分歩いてポイントを貯めて、健康な身体と素敵な賞品を獲得できる「プラス10分てくてく運動」に参加しませんか？

- 11月30日(火)まで
- 市内在住か、通勤する人(20歳以上)
- 7月30日(金)

申込窓口 健康推進課、公衆衛生推進協議会、保険年金課、因島総合支所健康推進課、御調保健福祉センター、瀬戸田福祉保健センター、向島・浦崎・百島支所
※申込用紙は、各窓口にあるパンフレット、おのみち公衛協だより5月号、市ホームページにあります。

健康推進課
(☎0848-24-1962・FAX 0848-24-1966)



申し込む

- (1)QRコードから
 - (2)電話・FAX・郵送
 - (3)窓口で
- 申込締切 7月30日(金)



▲QRコード

歩いてポイントをためる
(1日10分で10ポイント獲得)
筋トレ・ラジオ体操でもOK
「歩行記録簿」がもらえる

ためたポイントを記入して提出
12月22日(水)に抽選会

抽選で素敵な賞品が当たる
個人550人・団体20組に、獲得ポイント数に応じて、健幸づくり商品券(1,000~6,000円)が当たります。

こんにちは
市民病院

4月から着任した2人の医師を紹介します。

泌尿器科医
三井 将雄



岡山大学卒業

前職 倉敷成人病センター勤務
(2019年4月~2021年3月)

尾道市の皆さん、初めまして。
泌尿器科の三井将雄と申します。皆さんの生活背景、症状に合った最善の医療を提供させていただきます。よろしくお願ひします。

研修医
窪 征宣



岡山大学卒業

尾道市の皆さん、初めまして。
この度研修医として尾道に参りました。医師になったばかりの新米ですが、皆さんが安心して暮らせるよう、頼れる医師を目指してこれから研鑽を積んでいきます。よろしくお願ひします。

尾道市立市民病院は、信頼される安全で質の高い医療を提供し、市民の皆さんの健康を守っています。

4月から着任した2人の医師を紹介します。

尾道市立市民病院
総務人事課
(☎0848-47-1155)(代)

子育て

低所得者の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)を支給します

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得のひとり親世帯を支援するため、児童扶養手当の受給者等に生活支援特別給付金を支給します。

- (1)令和3年4月分の児童扶養手当受給者
 - (2)公的年金を受給することにより、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人
 - (3)家計が急変し、児童扶養手当の対象となる所得水準に下がった人
- 給付金額 児童一人当たり一律5万円(全国一律)
申請方法 (1)申請不要
(2)(3)申請が必要(添付書類:簡易な収入額の申立等)
申請期限 令和4年2月28日(月)
支給日 (1)4月中に児童扶養手当の登録口座へ振込済 (2)(3)審査後随時
子育て支援課(☎0848-38-9219)

第19回おの100挑戦隊
「感動創造の旅」
参加小学生募集

- 8月7日(土)~11日(水)と8月18日(水)~22日(日)の計10日間
- 小学4~6年生
- 夏休みの学習支援と、期間のうち2日間で計42.195kmを完歩します。
- 50人
- 8,000円
- 6月18日(金)までに要申込
- NPOおのみち寺子屋(☎0848-45-3131)
- info@ono-tera.com



▲おのみち寺子屋HP

【尾道地域(向島を含む)】健康推進課 (☎0848-24-1960 FAX 0848-24-1966)
【因島・瀬戸田地域】因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)
【御調地域】御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	5月26日(水)・27日(木)
	御調保健福祉センター	6月10日(木)
	因島総合福祉保健センター	5月18日(火)
	瀬戸田福祉保健センター	6月11日(金)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	6月9日(水)・10日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	6月11日(金)

健診名	場所	日程
3歳児健診	総合福祉センター	5月19日(水)・20日(木)
	因島総合福祉保健センター	5月27日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	6月11日(金)

※対象者には個別通知します。
健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市HPをご覧ください。

相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間	対象	備考
乳児健康相談(要予約)	総合福祉センター	5月24日(月)	9:20~11:00	0~12カ月の児	■身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び、助産師による母乳相談(因島・瀬戸田のみ) ■母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル(母乳相談希望者のみ)
	御調保健福祉センター	6月10日(木)	13:30~14:00		
	いのしま子育て支援センター	6月3日(木)	9:45~11:30		
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	5月31日(月)	9:50~10:00(11:00まで)	乳児の家族 ■8人	■離乳食の進め方の話、デモンストラーション ■母子健康手帳、筆記用具
	御調保健福祉センター	5月18日(火)	13:20~		
母乳相談(要予約)	総合福祉センター	5月18日(火)	13:30~14:30	市内在住の妊婦か、出産後概ね1年6カ月までの人 ■2人※個別相談。 ※相談利用は1人2回まで。	■母乳や卒乳についての相談 ■母子健康手帳、タオル2~3枚、ミルクや哺乳びんなど赤ちゃんに必要なもの
		6月1日(火)			
		8日(火)・15日(火)			
5歳児相談(要予約)	総合福祉センター	6月22日(火)	13:00~	平成28年6~7月生まれで発達など気になることがある児 ■5/21(金)	■通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ)
		7月1日(水)・13日(火)			
パパ☆ママ準備スクール(要予約)	総合福祉センター	7月6日(火)	①13:30~13:45(14:30まで) ②15:00~15:15(16:00まで)	1人目妊娠中で妊娠6カ月以降の市内在住の妊婦、夫 ■各6組 ■5/21(金)	■出産の経過、呼吸法、沐浴実習、妊婦体験等 ■母子健康手帳、筆記用具
		8月25日(水)			
母子健康手帳の交付(要予約)	総合福祉センター	5月23日(日)	9:00~12:00	母子健康手帳交付対象者 ■5/21(金)	■妊娠届出書、本人確認できるもの