

健康・福祉

接種期間 10/1～1/31

65歳以上の人へ インフルエンザ予防接種が始まります



健康推進課(☎0848-24-1961)

1人1回1,500円で接種を受けられます。医療機関へ直接予約し、接種を受けてください。
 ※新型コロナウイルスワクチン接種後は、2週間後から接種できます。
 〇尾道市に住民票がある、65歳以上の人
 ※60～64歳の人でも、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に障害があり、医師の証明がある人は接種できます。
実施場所 県内の広域化予防接種受託医療機関
 〇1,500円(1人1回のみ)
 ※市外・県外で接種を希望する人は、事前に連絡してください。
 ※新型コロナウイルス感染症予防のため、必ず医療機関へ行く前に予約をしてください。

市民税非課税世帯・生活保護世帯の人は、無料で接種が受けられます。
 事前に窓口で申請し、無料券の交付を受けて下さい。
 ※郵送での交付も受け付けます。詳しくはお問い合わせください(電話での申請は不可)。事後での払い戻しはできません。
 〇本人確認できるもの(免許証、保険証等)※同一世帯以外の人が代理で申請する場合は印鑑と委任状が必要。
 〇健康推進課、因島総合支所健康推進課、瀬戸田福祉保健センター、御調保健福祉センター、各支所(御調を除く)、市役所本庁1階(10～11月8:30～12:00、13:00～17:15)
 ※「被保護者証明書」「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」「介護保険負担限度額認定証」をお持ちの人は申請不要です。各認定証を医療機関の窓口で提示すれば、無料で接種が受けられます。

健康相談など

成人健康相談

〇健診結果説明、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)、体組成測定(※骨密度測定はありません)
 〇前日までに要申込
 ■市民センターむかいしま
 〇10月29日(金) 9:30～11:00、13:30～15:00
 ■中庄公民館
 〇11月19日(金) 13:30～14:30
 〇健康推進課
 (☎0848-24-1962)

こころの相談

〇こころの健康・ひきこもり相談
 〇2人
 〇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(治療中でない人)
 担当 臨床心理士・心理士

総合福祉センター

〇10月26日(火)、11月11日(木) 13:30～16:30 〇前日まで
 〇健康推進課 (☎0848-24-1962)
 ●こころの相談
 (前日までに申込/〇2人)
 〇こころの悩みのある人かその家族
 ■御調保健福祉センター
 〇10月27日(水) 13:30～15:30
 担当 公認心理師、保健師
 〇御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

もの忘れ何でも相談

〇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。
 〇10月21日(木) 13:30～15:00
 〇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
 〇10月19日(火)、11月16日(火) 13:30～15:30
 〇生活・栄養相談(子どもの相談は母子健康手帳持参)
 〇前日までに要予約
 ●精神保健福祉相談(精神科医師による相談)
 〇10月20日(水) 13:30～15:30
 〇広島県尾道庁舎
 ●HIVキャンペーン
 〇11月21日(日)
 〇しまなみ交流館
 〇広島県東部保健所保健課 (☎0848-25-2011)

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。
 〇10月24日(日) 14:00～16:00
 〇アンテナ・コーヒーハウス(東土堂町11-3)
 〇ご家族・親戚を自死で亡くした人
 〇300円
 〇アンテナ・コーヒーハウス (☎0848-22-2080)

11月14日は 「世界糖尿病デー」です



world diabetes day

14 November

世界各地で著名な建物をブルーにライトアップし、糖尿病撲滅に向けた啓発活動を実施します。市内でも、尾道駅のブルーライトアップを行います。
 糖尿病患者は近年増加し、日本でも40歳以上の3人に1人が糖尿病(予備軍含む)とされています。
 ブルーに染まる尾道駅をご覧ください。
 〇11月8日(月)～14日(日) 18:00～22:00
 〇尾道駅
 〇健康推進課 (☎0848-24-1962)

献血 〇尾道市献血推進協議会 (☎0848-24-1177)

| 日時 | 場所 |
|------------------------------------|---------|
| 11/7(日) 9:30～12:00 13:15～15:30 | ユーホー向島店 |
| 11/19(金) 9:30～11:00 12:15～16:00 | 尾道市役所 |

骨髄バンクドナー登録会も開催
 ※電話・Webで予約可。献血前日の17:00まで。(要会員登録)
 〇☎0120-150-554 (平日8:30～17:30)
 〇https://www.kenketsu.jp/Login

昭和37～53年度生まれの男性の皆さんへ 風しん抗体検査・予防接種を受けてください

風しんの流行を防ぐため、対象の人へ、平成31年4月・令和2年3月に、無料で抗体検査・予防接種が受けられるクーポン券を送っています。
 [有効期限 2020年3月]と印字されているクーポン券(無料)は、そのまま令和4年2月まで利用できます。
 対象となる人は、期限までに抗体検査・予防接種を受けてください。
 〇尾道市に住民票のある、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性
 ※転入者・紛失した人には、再発行します。詳しくはお問い合わせください。
検査・接種場所 委託医療機関※詳しくは市HPをご覧ください。
 〇クーポン券、保険証などの本人確認書類

検査・接種の流れ

- ①クーポン券、保険証などの本人確認書類を持参し、健康診断・医療機関で抗体検査を行う
- ②医療機関から検査結果を受け取る
- ③検査の結果、抗体価が基準値以下の場合、クーポン券を利用して医療機関で予防接種を受ける

〇健康推進課(☎0848-24-1961)

元気はつらつ!!健康づくりセミナー フレイル予防講座



～人生100年時代!今日から始めるフレイル予防～

フレイルについてもっと知りたいあなたへ!予防・改善のコツをお伝えします。

【運動編】
 〇11月22日(月) 13:30～15:30
 〇みつぎいきいきセンター
 〇医師の講義と、みつぎいきいきセンターを利用した運動実技ほか
 〇屋内用シューズ、運動のできる服装、筆記用具、飲み物

【栄養・歯科編】
 〇12月10日(金) 10:00～13:00
 〇御調保健福祉センター
 〇調理実習・講義
 〇エプロン、三角巾
 〇料300円(調理実習代)

〇市内在住でおおむね40歳以上の人
 〇定15人(できるだけ2回とも参加できる人) 〇11月15日(月)
 〇御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

くすりの副作用が出たらお知らせください

毎年10月17日～23日は「薬と健康週間」です。(独)医薬品医療機器総合機構(PMDA)では、患者やその家族からの医薬品副作用の報告を受け付けています。
 医薬品による副作用が疑われる症例についての情報を、医薬品の安全対策に活用しています。
 くすりの副作用が出たらPMDAにお知らせください。
 〇PMDAくすり相談窓口(☎03-3506-9457)

詳細は **患者副作用報告** **検索**

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。〇日時間 〇場所 〇対象 〇内容 〇電話 〇定員 〇料金 〇持ち物 〇備考 〇電子メール 〇ホームページ

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