健康・福祉

高齢者肺炎球菌定期予防接種期限は3月31日まで

昨年6月下旬、今年度の対象者へ、みどり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㈮までです。期限を過ぎると全額自己負担となりますので、希望者は早めに接種を受けましょう。

※案内はがきを紛失した人は、健康推進課へお問い合わせください。

■ご注意ください

- 新型コロナワクチン接種前後2週間は接種を受けられません。
- 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。

問 健康推進課（☎0848−24−1961）

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。
日 2月26日㈰ 14：00～16：00
場 アンテナ・コーヒーハウス（東土堂町11-3）
対 ご家族・親戚を自死で亡くした人
料 300円
申 問 アンテナ・コーヒーハウス（☎0848−22−2080）

献血

問 尾道市献血推進協議会 ☎0848−24−1177

日　時		場　所
2／24㈮	9:30～12:30	ハローズ因島
	14:00～16:00	

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

あなたからの500円が森を元気にしています！

尾道市の森づくり事業

ひろしまの森づくりキャラクター モーリー

林内の明るさを確保し木や下草の生長を促進

尾道市では、皆さんからいただいた「ひろしまの森づくり県民税」を財源として、森林の持つ公益的機能をより発揮させるための人工林整備や、地域資源の保全活用、鳥獣被害防止等のための里山林整備に取り組んでいます。

令和3年度には、御調町丸河南地区や浦崎地区等で計4.03haの森林整備を行いました。

ひろしまの森づくり県民税

個人 年額 500円
個人事業者：住民税の納税通知書により納付します。
給与所得者：毎月の給与から引き落とされます。

法人 年額 5％ 均等割額相当額
法人：法人県民税・事業税の申告納付の際に申告納付します。

山頂まで登りやすい登山道を整備

ひろしまの森づくり事業で支援する主な取組

人工林整備
- 間伐による人工林の健全化

里山林整備
- 景観保全や鳥獣被害防止のための森林整備

県民理解の促進
- 森林・林業体験活動

ひろしまの森づくりネット 検索
https://www.moridukuri.net/

詳しい内容やご相談については、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先 農林水産課 0848-38-9212

■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 日時・期間　場 場所　対 対象　内 内容　定 定員　料 料金　持 持参物　締 締切
申 申込方法・申込先　問 問い合わせ先　☎ 電話　FAX ファクス　✉ 電子メール　HP ホームページ

元気はつらつ！健康づくりセミナー

出前トーク

こころとカラダを整える ヨガできれいに！ セルフメンテナンスしよう

日 3月2日㈭ 13：30～15：00
場 御調保健福祉センター
対 40歳以上で市内在住の人
内 ヨガ体験
講師 上田睦実さん（ヨガインストラクター）
定 15人
持 タオル、動きやすい服装、飲み物
締 2月20日㈪
申 問 御調保健福祉センター（☎0848−76−2235）

令和4年度 「いのちを守るこころの健康標語」の入賞作品が決まりました

こころの健康づくりをテーマに「いのちを守る」「支えあうことの大切さ」「こころの健康づくり」に関する思いの標語を市内の中学・高校生に募集し、中学生の部246人、高校生の部32人の応募がありました。たくさんのご応募ありがとうございました。

■中学生の部 ※敬称略。

最優秀賞	「辛いとき　遠回りでも　大丈夫」	藤原 日夏詩	（美木中）
優秀賞	「助けてを　口に出しても　いいんだよ」	赤穂 蓮愛	（尾道中）
	「苦しいね　感じないふり　見ないふり」	森　諒菜	（日比崎中）

■高校生の部 ※敬称略。

最優秀賞	「毎日の　家族の会話　こころの輪」	松浦 寛奈	（尾道北高）
優秀賞	「その言葉　相手の顔見て　言えますか？」	島村 由芽	（尾道北高）
	「ここにいる　わたしはわたしの　たからもの」	加藤　光	（尾道北高）

※入賞作品の展示を行います。場所・期間は市HPをご覧ください。
問 健康推進課（☎0848−24−1962）

心とからだの健康講座 フレイルを知って、学んで、実践しよう！

出前トーク

日 3月16日㈭ 14：00～15：30
場 ベイタウン尾道組合会館
定 100人
申「名前、住所、電話番号」を電話かFAXで
申 問 中国労働衛生協会尾道検診所（☎0848−22−3803・FAX0848−22−6352）

内 ●**第1部**：フレイル予防講演会
「みんなでやろう！フレイル予防」
講師 沖田光昭（公立みつぎ総合病院顧問）
●**第2部**：フレイル予防 運動実践
「フレイル予防のおすすめ運動、教えます！」
講師 藤原和典さん（中国労働衛生協会 ヘルスケア・トレーナー）

健康相談など

成人健康相談（前日までに要申込）

内 健診結果説明、健康・栄養相談、体組成測定（骨密度測定なし）

■総合福祉センター
日 3月8日㈬ 9：30～11：00

■因島総合福祉保健センター
日 3月14日㈫ 14：00～15：00
申 問 健康推進課（☎0848−24−1962）

こころの相談

●こころの健康・ひきこもり相談（定 各日2人）
対 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）

■総合福祉センター（前日までに要申込）
日 2月28日㈫、3月9日㈭・14日㈫ 13：30～16：30
担当 公認心理師
申 問 健康推進課（☎0848−24−1962）

■因島総合支所（1週間前までに要申込）
日 3月3日㈮ 13：00～16：00
担当 精神保健福祉士
申 問 因島総合支所健康推進課（☎0845−22−0123）

●こころの相談（前日までに要申込／定 2人）

■御調保健福祉センター
日 2月22日㈬ 13：30～15：30
対 心の悩みのある人かその家族
担当 公認心理師、保健師
申 問 御調保健福祉センター（☎0848−76−2235）

高齢者のなんでも相談会

日 2月22日㈬ 10：00～12：00
場 イオンスタイル尾道　東入口
対 65歳以上の高齢者やその家族
内 もの忘れ相談、生活相談、介護保険その他困り事相談など
問 尾道市地域包括支援センター（☎0848−56−1212）
西部地域包括支援センター（☎0848−21−1262）

もの忘れ何でも相談（要申込）

■御調保健福祉センター
日 2月16日㈭ 13：30～15：00
対 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
申 問 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
日 2月21日㈫、3月22日㈬ 13：30～15：30
内 生活・栄養相談（子どもの相談は母子健康手帳持参）
締 前日まで

●精神保健福祉相談（精神科医師による相談）
日 3月15日㈬ 13：30～15：30
場 広島県東部建設事務所 三原支所
締 3月7日㈫

●B型・C型肝炎ウイルス検査
日 3月16日㈭
締 3月10日㈮
※予約時に名前・連絡先が必要。検査結果は次週。

●HIV抗原抗体検査・梅毒検査
日 3月16日㈭
締 前日まで（匿名可）
※検査結果は当日。
申 問 広島県東部保健所保健課（☎0848−25−2011）