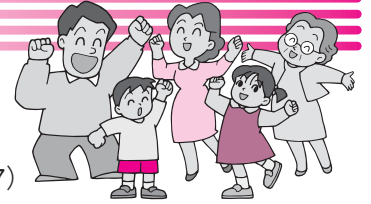


# 第29回 おのみち市民健康まつり



## けんこうウェルカム



日時 **11月13日(日) 9:15~15:00** 場所 **総合福祉センター**

※来場の際は、できるだけバスなどの交通機関をご利用ください。

健康推進課(☎0848-24-1962) 尾道市公衆衛生推進協議会(☎0848-24-1177)

### ●オープニングセレモニー

(9:15~/総合福祉センター玄関前)

アトラクション「大好き! ニッポン」(門田保育園)

### ●第34回尾道市公衆衛生大会(9:45~11:00)

地区衛生組織活動功労者・優良団体表彰、8020歯科保健表彰、優良患者さん表彰、ぐるり日本一周表彰、環境美化功労者・環境標語入賞者表彰、緑のカーテンコンテスト・わがまち自慢の風土フードコンテスト入賞者表彰

### ●講演会(11:00~12:15/総合福祉センター4階)

演題 アトピーからがんまで  
~きれいな社会の落とし穴  
「免疫力をつける生活」



講師 藤田 紘一郎さん(東京医科歯科大学名誉教授/有限会社海外医学研究所所長)

### ●第7回「健やかフェスタ」(13:15~)

展示コーナー(児童・生徒の図画、ポスター、標語、100人の朝ごはん)、実践発表(小中学校の健康教育の取り組み発表、体力づくりの体験コーナー、学校給食の紹介と試食コーナー、保健指導コーナー)

### 秋空さわやかウォーキング

行き先:びんご運動公園(往復約3km)  
受付:9:15福祉センター玄関前

### 食生活改善コーナー

- 食事バランスガイドによる栄養指導
- 健康食の試食

### 献血登録・献血コーナー

- 登録受付(相談・説明)  
登録者に記念品進呈
- アイヘルスビデオ上映
- 青少年薬物乱用防止
- コーヒーサービス
- 献血受付時間  
9:30~12:30、13:30~15:00  
献血者に粗品進呈  
骨髄バンクドナー登録も受付

### 薬草コーナー

- 身近な薬草の展示と解説
- 薬と健康相談コーナー  
内臓脂肪測定、メタボリックシンドローム解説、アンケートに答えて景品をゲット
- 禁煙指導コーナー

### 昼食・即売コーナー

- ※地球環境保護のため、マイ箸・マイバックを持参しましょう。
- うどん(200円)
- 山菜おこわ(300円)
- 有機農産物の即売  
もちつきともちの販売  
軽食等(山菜おこわ、けんちん汁、おしるこ)
- 天然酵母パン・クッキー販売
- 青果販売 ●豆腐団子

### まちの保健室

- 血圧測定、体脂肪測定、健康相談
- 脳年齢測定

### ベビーマッサージを体験しませんか

対象:2~10カ月のお子さんのいる家族  
(お父さんも大歓迎)

時間:10:00~、13:00~

定員:先着各15人

参加費:500円(オイル代外実費として)

持参物:バスタオル、おむつ、着替え  
飲み物ほか

申込方法:11月6日(日)までに「保護者の名前、年齢、連絡先(電話番号)、お子さんの名前、月齢」を記入のうえ  
FAXかEメールで申込

申込先 日本助産師会広島県支部尾道地区  
(宮地 ☎0848-46-1146)

☎jyosannshi\_onomichi@yahoo.co.jp

### 実演・体験コーナー

- 太極拳実演コーナー
- 体験入門24式  
表演(24式、48式、32剣)
- 健康体操体験コーナー  
棒体操、自強術、真向法
- ホウ酸団子づくりコーナー

### 骨髄バンクコーナー

- 骨髄バンクドナー登録説明 ●パネル展示

### 糖尿病コーナー

- 糖尿病カウンセリング、糖尿病の啓発
- 血糖値測定、眼底検査、健康相談、食事栄養相談 ●歯周病相談・検査

### フリーマーケット

- 掘り出し物がいっぱい!10店出店予定

### チャリティーバザー

- 早い者勝ち、売り切れご免!!

### 若さチェックコーナー

- 若さチェック
- 寝たきり予防、家庭でのリハビリ指導

### 地区公衛協活動写真展

- 地域の公衆衛生活動を写真で紹介

### 明るい消費生活展

- 消費生活問題に関する啓発パネル
- 啓発ビデオ上映

### お楽しみ抽選会

- 健康まつり会場内のスタンプラリーを踏破した人に!

### 食品衛生相談コーナー

- 食中毒予防啓発パネル展示
- クイズ(参加者に記念品進呈)
- 食品衛生相談コーナー ●手洗い教室
- パンフレット・チラシ配布

### 測定コーナー

- 骨密度測定 ●体力測定(成人のみ)
- アルコール体質チェック  
自殺予防関連パネル展示

### 相談

- 医師による健康相談

### 歯科コーナー

- 歯ぐきの健康度チェック(唾液の潜血反応)
- 口の酸性度チェック(ph) ●歯科相談

### 薬物乱用防止啓発コーナー

- 覚せい剤などの薬物乱用防止啓発パネル展、薬物標本展示、クイズ(参加者に記念品進呈)

### 薬物乱用防止キャラバンカー

- 展示コーナー(薬物標本など)
- 映像コーナー(パソコンなど)

### 健診へ行こうよ!コーナー

- 乳がん教育用視触診モデルの視触診体験
- がん検診・特定健診啓発、受診勧奨
- けんこうウェルカムキャンペーンPR

# 第27回尾道市御調地区 健康福祉展

日時 10月29日(土)・30日(日) 9:00~16:00(30日は15:00まで)  
場所 公立みつぎ総合病院、御調保健福祉センターほか  
☎御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)



テーマ ひとりの健康からみんなの健康へ~今 私たちにできること~

9:30~

開会式 [病院5階講義室]  
(国民健康保険健康家庭表彰・8020良い歯の表彰)

10:30~12:00

講演 [病院5階講義室]  
演題 だいじょうぶと言える人生  
~人の心は死ぬまで成長する~  
講師 柳田邦男さん  
(ノンフィクション作家・評論家)



10:00~12:00

スケッチ大会 [駐車場]  
(受付 9:30~)

13:30~15:00

講演 [病院5階講義室]  
演題 病気になる人ならない人  
講師 おおたわ史絵さん  
(内科医・執筆家)



13:30~15:30

ふれあい芸能発表 [病院5階講義室]

10:00~15:00

ふれあい動物園  
ポニー牧場開園  
※ウサギや犬とのふれあい、ポニー体験乗馬

29土 30日

展示コーナー	●各種団体の活動展示●健康いきいき写真展●保育所園児、小中高生、一般の作品展示
体験コーナー	●手話、要約筆記●トレーニング機器
相談コーナー	●介護、看護相談●医療福祉、リハビリ相談●薬剤、歯科、栄養相談
健診(無料)コーナー	●血圧測定●簡易診断：血液、検尿●歯科検診、フッ素塗布、義歯超音波洗浄

そのほかにもいろいろあります！ 献血、バザー、茶席、軽食コーナー、もちつき大会など

## むかいしま健康福祉まつり



日時 10月22日(土) 9:30~13:00 場所 尾道市民センターむかいしま

内容 オープニングセレモニー(アトラクション~町内保育所園児による踊り~)  
体力測定コーナー、介護予防相談、チェアエクササイズ、体脂肪・血圧・骨密度・メタボリ先生(血管年齢チェック)、栄養相談コーナー(野菜350g当てクイズに挑戦!)、食生活改善コーナー、お手玉の体験コーナー、環境問題啓発コーナー(ダンボールコンポストの実演)、ウォーキング体験、ボランティア体験コーナー、軽食コーナー：モダンカレー、展示コーナー：保育所活動、地区公衆衛生推進協議会、向島地域包括支援センターなど  
販売コーナー：さをり織の手作り作品・パン・クッキー(むかいしま作業所)、ちらしずし・いなりずし(向島地区手をつなぐ親の会)、遊休品バザー(向島ボランティアグループ連絡会)、ポップコーン(向島地区保健推進員)、天然酵母パン・野菜など(社会福祉法人尾道のぞみ会)、クッキー・パウンドケーキなど(しまなみ瀬戸田夢工房)、リサイクル品出張販売(尾道市公衆衛生推進協議会)



☎健康推進課(☎0848-24-1960)


**協賛事業** 尾道市家庭教育推進事業  
家庭教育(食育)講座

「**弁当の日**」が家族を救う」  
~“心の空腹感”を訴える子どもたち~

“弁当の日”から生まれる親子・地域の絆、食の大切さについて一緒に考えてみませんか。(入場無料)  
日時 10月22日(土) 13:30~15:00(13:00開場)  
場所 尾道市民センターむかいしま文化ホール  
講師 竹下和男さん(子どもが作る“弁当の日”提唱者)  
☎生涯学習課(☎0848-20-7444)



市内各センターで実施する4カ月児・1歳6カ月児・3歳児健康診査については、個別通知します。健診日の1週間前までに通知がない場合は、ご連絡ください。

 このマークがついている事業は、けんこうウェルカムポイント対象になります。

**●母子健康手帳は次の窓口で交付しています**


時間 8:30~12:00、13:00~17:00  
(土・日・祝日を除く)

場所 健康推進課(総合福祉センター1階)、子育て支援課、因島保健センター、因島総合支所因島福祉課、各支所(向島・浦崎・向東)、御調保健福祉センター、瀬戸田福祉保健センター

**●健康手帳を使って健康づくりを!**

健康診査の結果や血圧・体重などの健康記録が記入できる手帳です。希望者には次の場所で配布します。

対象 40歳以上の市民

場所 健康推進課、保険年金課、因島保健センター、御調保健福祉センター、向島支所、瀬戸田福祉保健センター 

**献血**

日にち	場所	受付時間
10/27(木)	土生公民館	9:45~11:30
	因島医師会病院	13:15~16:00
10/30(日)	公立みつぎ総合病院	10:00~11:30 12:30~15:30
10/31(月)	広島県尾道庁舎	10:00~12:00
		13:00~15:30
11/6(日)	向島B&G海洋センター	10:00~11:30 12:30~15:30
11/13(日)	総合福祉センター	9:30~12:30
		13:30~15:00

◎尾道市公衆衛生推進協議会(☎0848-24-1177)

**広島県東部保健所での相談(要申込)**

**B型・C型肝炎ウイルス検査**

◇第2・4水曜日 ※検査無料

**HIV抗体検査と相談**

◇第2・4水曜日  
※検査無料・匿名受付。電話相談は随時

**アレルギー疾患相談**

◇第3火曜日 13:30~15:30

内容 生活・栄養・歯科相談

持参物 お子さんの場合母子健康手帳

**心の健康相談**

◇10月19日(水) 13:30~16:00

場所・予約・問い合わせ先  
広島県東部保健所保健課  
(☎0848-25-2011)

**尾道地域(向島を含む)での健診・相談など**

健康推進課 ☎0848-24-1960

☎0848-24-1966

✉kenko@city.onomichi.hiroshima.jp

※場所の記載がない場合は、いずれも総合福祉センター

**●4カ月児健康診査(個別通知あり)**

◇10月26日(水)・27日(木)

対象 平成23年6月生まれ

**●3歳児健康診査(個別通知あり)**

◇11月9日(水)・10日(木)

対象 平成20年6月生まれ

**●乳幼児健康相談**

◇10月17日(月)、11月14日(月)

場所 総合福祉センター

対象と受付時間

8カ月~12カ月の児 9:20~9:40

0カ月~7カ月の児 13:20~13:40

◇10月25日(火) 受付10:00~11:00

場所 東部公民館(高須町)

対象 12カ月までの児

内容 保育士によるふれあい遊び、身体計測、保健師による育児相談、栄養士による栄養相談

持参物 母子健康手帳、バスタオル

**●離乳食講習会(要申込)**

◇10月24日(月) 10:00~11:40

(受付9:40~10:00)

対象 乳児の家族

内容 月齢ごとに簡単な調理実習(定員18人) ※託児あり

持参物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾、マスク

**●5歳児相談(要申込)**

◇10月20日(木) 13:30~15:30

対象 平成18年9月生まれで発達等気になることがある人

申込先 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)

**●パパ☆ママ準備スクール~妊娠中の栄養と育児準備編~(要申込)**

◇11月8日(火) 13:15~15:30

(受付13:00~)

内容 栄養士による妊娠中の食生活についての話、簡単なおやつ作り、赤ちゃんの準備物品、お世話、保健事業・制度などについての話


持参物 母子健康手帳、筆記用具、テキスト(2回以上参加の人)、エプロン、三角巾

申込期限 11月4日(金)(定員20人)

**●成人健康相談**

◇11月11日(金)

受付9:30~11:00

場所 尾道市民センターむかいし 

ま2階大研修室  
内容 血圧・体脂肪・骨密度測定、健康・栄養相談、健診結果説明

**●心の相談(1週間前までに要申込)**

◇10月24日(月)、11月8日(火)

13:30~16:30

担当 精神保健カウンセラー

**因島・瀬戸田地域での健診・相談など**

因島保健センター ☎0845-22-0123

**因島地区**.....

※場所はいずれも因島保健センター

**●1歳6カ月児健康診査(個別通知あり)**

◇10月20日(木)

対象 平成22年3月1日~24日生まれ

**●3歳児健康診査(個別通知あり)**

◇10月27日(木)

対象 平成20年5月8日~6月15日生まれ

**●乳児健康相談**

◇10月19日(水)

対象と受付時間

概ね0カ月~7カ月の児 9:10~9:30

概ね8カ月~12カ月の児 10:20~10:40

持参物 母子健康手帳、バスタオル

**●5歳児相談(要申込)**


◇11月7日(月) 13:30~15:30

対象 平成18年10~11月生まれで発達等気になることがある人  
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)

**●成人健康相談**

◇11月9日(水)

受付9:30~10:30

内容 骨密度・血圧・身体・体脂肪測定、健康・栄養相談 

**●パパ☆ママ準備スクール**

~ほっと安心出産編~(要申込)

◇10月26日(水) 9:50~12:00

(受付9:30~)

内容 助産師による出産の経過、呼吸法、母乳についての話

持参物 母子健康手帳、筆記用具、テキスト(2回以上参加の人)、エプロン、三角巾

**●心の相談(要申込)**

◇10月21日(金) 13:30~16:30

担当 精神保健カウンセラー

**瀬戸田地区**.....

※場所はいずれも瀬戸田福祉保健センター

**●4カ月児健康診査(個別通知あり)**

◇11月11日(金)

対象 平成23年5~6月生まれ



参加してみませんか

# けんこうウェルカムキャンペーン

抽選で、電動アシスト自転車など  
67本の豪華賞品が当たる!



ポイントの獲得方法は3通り。まずはポイントカードを入手してね!

●ポイントカードは保険年金課(市役所 2 階)、各支所、保健センターにあります。

ポイントカードに…

### ①健康診査受診日を自己記入

尾道市の健康診査を受診したら、受診日をカードに自分で記入してください。特定健診・後期高齢者健診は受診日記入だけで1回抽選できます。

### ②健康づくり行事に参加でポイント

シールをゲット!

ポイントシールは「広報おのみち」でこのマークがついている行事で配



付します。

### ③「わたしの健康宣言」実行で自己採点がポイントに!

例:「ウォーキングをする」「朝食をしっかりとバランスよくとる」など  
以上の3通りで集めたポイントの合計15ポイントで1回抽選、20ポイントでもれなくクオカード(500円分)がもらえます。詳しくはホームページをご覧ください。

☎健康推進課(☎0848-24-1962)

## 元気はつらつ!! 健康づくりセミナー

おなか周りがちょっと気になるあなたのための講座

日時 11月21日(月) 13:30~15:30  
場所 みつぎいきいきセンター(御調保健福祉センター隣)  
内容 メタボリックシンドロームに関する講義、運動実技  
講師 医師、管理栄養士、大背戸まりこさん(健康運動指導士) ほか  
対象 メタボリックシンドロームに関心のある人で概ね70歳までの市民

持参物 タオル、飲み物(水分補給用)、屋内シューズ  
※動きやすい服装でお越しください。

申込期限 11月16日(水) ※先着15人

☎御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)



## さすが会 ~男の料理教室~

男性のみの料理教室で、食の自立を目指しませんか。

日時 11月16日(水) 10:00~13:00  
場所 御調保健福祉センター 2階栄養指導室  
対象 概ね65歳以上の男性 定員 概ね20人  
参加費 500円程度(予定) 申込期限 11月9日(水)  
持参物 米一合、エプロン、三角巾、手拭タオル  
☎尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)



## アレルギー疾患講演会

### 「子どもの食物アレルギーについて」

日時 11月8日(火) 14:00~16:00  
場所 広島県東部建設事務所三原支所(三原市円一町)  
講師 木原幹夫さん(木原こどもクリニック院長)  
対象 患者・家族と保健・医療・福祉・教育関係者  
申込方法 10月25日(火)までに「住所、名前、質問事項」を電話かFAXで申込

☎広島県東部保健所保健課

(☎0848-25-2011 ☎0848-25-2463)

## パーキンソン病教室

日時 11月10日(木) 13:30~15:00  
場所 市立市民病院新館 4階大会議室(申込不要)  
内容 ①パーキンソン病のお薬のお話  
講師 岡崎和子(市立市民病院薬剤師)  
②パーキンソン病・ガイドラインサポート・ハンドブック  
講師 山脇泰秀(市立市民病院内科医師)

☎広島県東部保健所保健課(☎0848-25-2011)

## 10月19日は「ひろしま食育の日」です

国では、食育基本法により毎月19日は「食育の日」、広島県では、食育基本条例により10月19日は「ひろしま食育の日」と定められています。

皆さんも「食育の日」にちなんで次のことを大切にしてくださいませんか。



### 大切にしたいこと

◎毎月19日は、なるべく残業を減らして早く家に帰り、家族で食卓を囲みましょう。

◎食事中はテレビやDVDを消して、会話を楽しみましょう。

◎食べ物の旬や、生き物の命をいただく感謝の心、行事食、郷土料理についてもお話ししましょう。

☎健康推進課(☎0848-24-1960)

## 生活習慣病予防講演会

日時 11月1日(火) 13:30~16:00  
場所 サンボル尾道(向東町)(入場無料・申込不要)  
演題 健診結果を日常生活に活かそう!!  
講師 沖田光昭(公立みつぎ総合病院副院長)

※集団健診受診者の健診結果説明あり

☎健康推進課(☎0848-24-1962)



# 乳がん検診

2年に1度  
受けましょう



【10月16日は日曜検診あり】要申込

日本人の2人に1人近くががんになり、3人に1人ががんで亡くなると言われています。新たに乳がんと診断される女性は年間に5万人もおり、女性では乳がんが最も多く、ついで大腸、胃の順に多くなっています。

乳がんは、たった1つのがん細胞が、1cmになるのに15年位かかりますが、1cmのがんが2cmになるには2年もかかりません。乳がんを早期発見・早期治療すればほとんどが治ります。

**検査内容** 視触診、マンモグラフィ検査

※マンモグラフィとは、乳房専用のX線のことで、触診で発見できない5mm以下の早期がんを診断することができます。乳房を圧迫して平らにして撮影するので、多少の痛みがあります。

**対象** 尾道市民で平成24年3月31日時点の年齢が40歳以上の偶数年齢の女性  
乳がん検診無料クーポン券持参者(尾道市民で平成23年4月1日時点の年齢が40・45・50・55・60歳の女性)でお手元のない人は連絡してください。

受診方法 集団健診と医療機関健診が選べます。

自己負担金	69歳まで	70~74歳	75歳以上
集団健診	700円	300円	—
医療機関健診※	700円	700円	300円

※詳しい検査をした場合は別途料金が必要

- 乳がん検診 日曜検診(10月16日 9:00~)  
いしいクリニック(福山市神辺 ☎084-960-5565)  
沼隈病院(福山市沼隈 ☎084-988-1888)
- 乳がん検診が受診できる医療機関  
尾道市立市民病院[健康診断の係](☎0848-47-1155)  
JA尾道総合病院[健康管理センター](☎0848-22-8111)  
公立みつぎ総合病院(☎0848-76-1111)  
因島医師会病院(☎0845-24-1244)  
因島総合病院(☎0845-22-2552)  
いしいクリニック(☎084-960-5565)  
うだ胃腸科内科外科クリニック(☎084-922-2445)  
神原病院(☎084-951-1007)  
沼隈病院(☎084-988-1888)  
福山中央病院(☎084-922-0800)  
興生総合病院(☎0848-63-5500)  
三原赤十字病院(☎0848-64-8111)  
公立世羅中央病院(☎0847-22-1127)

7,000円相当の  
検査を補助

受診する前に電話で「尾道市の検診」と言って予約してください。  
●集団健診 健診日・申込方法等は広報おのみち9月号をご覧ください。

☎健康推進課予防係(☎0848-24-1962)

# 尾道市医師会だより ⑥



## 尾道地域産業保健センター

市民の皆さん、事業を営んでいる事業主は労働者の健康を守る義務があり、安全や健康を守るための対策や健康診断の実施をしなければならないことが、労働安全衛生法で決められている事をご存知でしょうか？そのためには、産業医を活用しなければならないことが定められています。

常時50人以上999人以下の労働者を使用する事業場では、いわゆる嘱託産業医を一人選任すればよいことになっていますが、50人未満の事業場は、無理に嘱託産業医を選任しなくてもよいとされています。

50人未満の事業場の事業主さん、従業員の皆さん！地域産業保健センターというものがあることをご存知でしょうか？常時使用する労働者数が50人未満の事業場については、産業医を選任する義務はありませんが、労働者の健康管理などに努めなければならないとされています。しかしながら、小規模事業場では、資金的負担などの面で、個々の事業者が単独で医師による健康管理等を行うことは困難です。そこで、地域産業保健センターがあるのです。

厚生労働省では、すべての労働者が産業医による産

業保健サービスを楽しむことができるよう、地域産業保健センターを全国に設置しました。尾道にも、尾道地域産業保健センターが尾道市医師会内に設置されています。

尾道地域産業保健センターにはコーディネーターが一人常勤として勤めており、事業場と産業医の橋渡しの役をしています。さらに、当センターには、約60人の産業医の資格を持った医師が協力医として登録しています。これらの医師が、皆さんの健康管理を担当します。

特定健康相談窓口として、事業場における各種健康相談を受け付けています。健康診断の事後措置が必要な場合、尾道地域産業保健センターに電話をしてください。医師会館で相談を受けたり、直接事業場に行って健康診断の事後措置を行います。また、長時間労働者の面接も行っています。医師に面接させたいと思っても、どこに頼んだらよいのか困っていたら、ぜひ尾道地域産業保健センターをご利用ください。これらの業務はすべて無料ですので、お気軽にご相談ください。(☎・☎ 0848-23-2277)

☎尾道市医師会(☎0848-25-3151)

# SPORTS スポーツコーナー

## 長者原スポーツセンター行事案内 (☎0848-48-5677)

10月22日(土)	尾道市中学校秋季総合体育大会卓球の部
23日(日)	尾道ジュニア親睦大会
29日(土)	2011尾道ジュニアバレーボールリーグ戦～30日
11月5日(土)	尾三地区ミニバスケットボール連盟ルーキーズリーグ
6日(日)	尾道家庭婦人バレーボール大会下期リーグ戦 スポーツダンス交流会
12日(土)	2011尾道ジュニアバレーボール練習試合
13日(日)	静友会ビーチボールバレー大会

## 県立びんご運動公園行事案内 (☎0848-48-5446) HP <http://www.bingo-undoukouen.jp/>

10月16日(日)	第38回広島ホームテレビ協カッパバレーボール尾三地区予選 第2回尾三地区陸上競技記録会/びんご地区シニアリーグ 尾道市秋期ダブルステニス大会 第14回びんご社会人リーグ、23日・30日・11月6日・13日 高松宮賜杯第55回全日本軟式野球大会尾道支部予選会 第6回びんご地区ジュニアユースリーグU-14、11月3日
22日(土)	平成23年度尾道市中学校秋季総合体育大会バスケットボールの部～23日 平成23年度尾道市中学校秋季大会陸上大会 平成23年度尾道市中学校秋季総合体育大会テニスの部、 野球の部、サッカーの部 ダンロップトーナメント中国地区決勝大会～23日
23日(日)	広島県高校生陸上競技記録会/第8回広島県学童軟式野球大会
25日(火)	尾道市小学校体育連盟西部地区陸上記録会
27日(木)	尾道地区ソフトバレーボール大会 平成23年度秋季中国地区高等学校野球大会～30日
29日(土)	中国ブロック専門学校バスケットボール連盟秋季大会 サッカー高校選手権2次リーグ 第64回広島県高等学校テニス新人大会団体戦～30日
30日(日)	第8回ヨネックス杯しまなみオープンバドミントン大会 ママ保育園運動会/府中サッカー協会主催府中リーグ
11月3日(祝)	全関西中学生バスケットボール交歓大会尾三地区予選会 ポラーノスナッグゴルフ大会/ポラーノフットサル大会 第25回中学区対抗ソフトテニス交歓大会団体戦
5日(土)	平成23年度広島県高等学校新人バドミントン大会兼第40 回全国高等学校選抜バドミントン大会広島県予選会～6日 第4回西日本ジュニアS選手権U-11～6日 第57回広島県高等学校総合体育大会ソフトテニス新人選手権大会兼全日本中国地区高等学校選 抜ソフトテニス大会広島県予選兼広島県高等学校ソフトテニスインドア選手権大会予選～6日
9日(水)	第15回JLTF広島C級D級ダブルス大会、15日
10日(木)	第15回JLTF広島B級ダブルス大会
11日(金)	尾道市小学校体育連盟因島・瀬戸田地区陸上記録会
12日(土)	プロGRESSリーグU-15 2011 第32回全国選抜ジュニア選抜室内選手権大会広島県予選～13日 三原浮城クラブ交流大会/フェニックス交流大会
13日(日)	尾道市PTA連合会親睦ソフトバレーボール大会 クラブユース選手権大会U-14予選リーグ 松永軟式野球連盟決勝大会/東部地区サッカーリーグ

※行事案内は予定のため、変更・中止されることがあります。

## 平成23年度 尾道市スポーツフェスティバル

### ■第10回市民グラウンド・ゴルフ親善大会

日時 11月6日(日) 8:30～(受付8:00～)

場所 びんご運動公園多目的広場

対象 市民

参加料 一人500円(当日支払)

申込方法 10月18日(火)までに、長者原スポーツセンター等にある参加申込書を郵送かFAX、Eメール、持参のうえ提出(必着)

### ■第24回市民ソフトバレーボール大会

日時 11月27日(日) 9:00～(受付8:30～)

場所 びんご運動公園健康スポーツセンター

競技部門 6人制・4人制ソフトバレーボール

参加料 1チーム2,000円(代表者会議にて徴収)

申込方法 11月4日(金)までに、長者原スポーツセンター等にある所定の申込書を提出(必着)

※尾道ライフソフトバレーボール連盟ホームページ  
(<http://ww7.enjoy.ne.jp/~msn-100char/>)からダウンロード可

☎尾道市体育協会事務局(長者原スポーツセンター2階  
スポーツ振興課内 ☎0848-40-0310 ☎0848-48-3160)

✉sposhin@city.onomichi.hiroshima.jp

## 第65回いんのしまフラワー駅伝競走大会

日時 11月27日(日) ※雨天決行

開会式9:30～、スタート10:30～

場所 因島勤労者体育センター(スタート・ゴール)

競技部別 一般の部、高校の部、中学校男子の部、  
女子の部、小学生の部、一般2部

参加料 一般の部・一般2部：1チーム3,000円  
その他の部：1チーム1,000円

申込期限 10月28日(金)

☎因島体育協会事務局

(因島瀬戸田地域教育課内 ☎0845-26-6206)

## 第9回みつぎ・いきいきマラソン大会

日時 12月4日(日) 9:00～11:30(受付8:15～)

場所 みつぎいこい会館(開・閉会式)

いきいきロード(競技)

コース マラソンの部(3kmコース、5kmコース)  
ウォーキングの部(2.2kmコース)

参加料 マラソンの部：一般500円、小・中学生300円  
ウォーキングの部：200円(当日受付で支払)

申込方法 11月18日(金)までに、御調支所、長者原スポーツセンターか御調町内の各公民館にある申込書に記入のうえ申込

☎御調町体育協会事務局

(河内公民館 ☎0848-76-1981)

御調支所住民課

(☎0848-76-2111)



# 清掃事務所

## からのお知らせ

～毎月1日は「門前清掃の日」です～

問い合わせ先

【旧尾道・御調・向島地区】清掃事務所

(☎0848-48-2900)

【因島地区(原・洲江含む)】南部清掃事務所

(☎0845-24-0432)

【瀬戸田地区】

南部清掃事務所瀬戸田分所(☎0845-27-0454)

### 剪定した枝葉等の処理方法は

庭木剪定の季節になりますが、枝葉等は、長さ50cm、太さ直径10cm以下にしてください。  
ごみステーションに出す場合は、一度に2～3袋までにしてください。(他の人の草木ごみと区別するため、袋に名前を書いてください。) 多量の場合は、直接クリーンセンターへ持ち込んでください。

### 秋のシティクリーニング 10月23日(日) 8:30～12:00

実施する地区は、尾道市クリーンセンター(仮置き場)へ直接持ち込んでください。

### ごみはすべて中身が見える透明袋・半透明袋で出してください

色の付いた袋・ダンボール箱でごみを出している人がいますが、中身が見えないので分別の確認ができません。燃やせるごみは「透明袋か半透明袋」で、その他のごみは「透明袋」で出してください。(埋立ごみを除く)

### 11月3日(文化の日)は、次の地域で「燃やせるごみ(可燃)」を収集します(※その他の収集は休みです。)

旧尾道地区 (下記を除く地域)	燃やせるごみの収集が月・木曜日の週2回の地域
因島地区	ごみ収集カレンダーどおり収集(燃やせるごみの収集が月・木曜日の地域)
瀬戸田地区	中野・鹿田原・沢・瀬戸田・港・福田・高根(燃やせるごみの収集が月・木曜日の地域)
御調地区	市・上川辺・今津野
向島地区	A地区: 兼吉・小歌島・東富・中富・西富・土井・宇立・川尻・宇山 (燃やせるごみの収集が月・木曜日の地域)

※11月3日のごみ持込受付はありません。

### 休日のごみ持込受付 対象物は、家庭からのごみです。きちんと分別して持ち込んでください。

施設名	日時	備考	問い合わせ先
尾道市クリーンセンター	10/23(日) 8:30～12:00	資源物・粗大ごみを含む	清掃事務所 (☎0848-48-2900)
南部清掃事務所	10/23(日) 8:30～12:00	粗大・もやせないごみ(不燃)を含む	南部清掃事務所 (☎0845-24-0432)
瀬戸田名荷埋立処分地	11/6(日) 9:00～12:00 13:00～16:00	生ごみを除く	【11/4まで】南部清掃事務所瀬戸田分所 (☎0845-27-0454) 【当日】瀬戸田名荷埋立処分地 (☎0845-27-4810)

※向島クリーンセンター・因島リサイクルセンターは、休日のごみ持込を受け付けません。

## 10月は浄化槽月間～浄化槽は維持管理が大切です～

### ■浄化槽の正しい使い方

- ①水はきちんと流す(トイレの洗浄水は必要量を流してください。)
- ②専用のトイレトーパーを使う(水に溶けにくい新聞紙、タバコの吸がら、紙おむつなどは絶対に流さないでください。)
- ③便器の清掃はぬるま湯で行う(劇薬などを使うと浄化槽内の大切な微生物が死んでしまいます。)
- ④適切な配管接続を行う(雨水や工場排水が流入すると浄化能力がなくなり、十分な浄化ができなくなります。)
- ⑤連続運転を行う(ブロワーの電源を切らないでください。)
- ⑥浄化槽の上はいつもきれいにしておく
- ⑦排気管、送気口をふさがない
- ⑧放流水の色、臭いに注意する(異常がある場合は、保守点検業者に連絡してください。)
- ⑨台所からの野菜くずや天ぷら油を流さない

### ■浄化槽は微生物の働きを利用し、トイレの排水や生活排水をきれいにしています

正しく使用しないと悪臭を放ち、環境汚染の原因にもなります。そのため、浄化槽を管理(設置)している人には、浄化槽法により次のことが義務づけられています。

◇保守点検(メンテナンス: 点検、調整、修理等)

◇清掃(浄化槽内に生じた汚泥等の引抜、関連装置・機器類の洗浄、清掃等)

◇法定検査(設置後の水質検査【7条検査】、毎年1回行う定期検査【11条検査】)

### ■法定検査は県知事が指定した次の検査機関が実施しています。

◇(社)広島県環境保全センター(ガイドライン検査: 5年に1回)

◇(社)広島県浄化槽維持管理協会(効率化検査: 5年に4回)

※10人槽以下の浄化槽の場合、平成22年度から平成25年度までは検査項目の一部を少なくした効率化検査となります。法定検査は「浄化槽が正常に機能し、生活排水が十分浄化されているか」を確認するために不可欠な検査です。必ず受検しましょう。また、浄化槽を正常に機能させるため、専門業者による定期的な「保守点検」と「清掃」を、毎年法律で定められた回数以上行い、その記録を3年間保存してください。

### 【法定検査の受検手続】

☎(社)広島県環境保全センター(☎082-849-6411)

☎(社)広島県浄化槽維持管理協会(☎082-546-2168)

### 【設置届等各種手続きと適正管理】

☎下水道課(☎0848-25-7232)



# お知らせ

Information

教室・催しなどについて、料金表示のないものは原則無料です。(参加費など)

## お知らせ

### 平成24年度 尾道市立幼稚園 園児募集



受付期間は、11月15日(火)～30日(水)です。詳しくは、広報おのみち11月号でお知らせします。  
☎教育委員会庶務課(☎0848-20-7470)

### 「介護の日」あなたに伝えたい「ありがとう」 11月11日は「介護の日」 「いい日、いい日」です

厚生労働省において、11月11日が「介護の日」と定められています。これは、介護について理解と認識を深め、介護サービス利用者とその家族、介護従事者等を支援するとともに、これらの人たちを取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、高齢者や障害者に対する介護に関し、市民への啓発を重点的に実施する日として設定されたものです。  
☎高齢者福祉課(☎0848-25-7440)

### 都市計画道路の変更説明会

備後圏都市計画道路の変更案について、次のとおり説明会を開催します。

#### ■第3回(千光寺線)

日時 10月19日(水) 19:00～  
場所 尾道勤労青少年ホーム1階集会室

#### ■第4回(彦ノ上線、名郷丸富浜線)

日時 11月1日(火) 19:00～  
場所 向島公民館2階研修室1  
☎まちづくり推進課  
(☎0848-25-7222)

### 因島都市計画道路変更案の 縦覧を行います

縦覧内容 因島都市計画道路黒崎新開崎安郷線の変更について  
縦覧期間 10月17日(月)～31日(月)  
縦覧時間 8:30～17:15  
(土・日曜を除く)  
縦覧場所 広島県都市局都市政策課(県庁北館5階)、まちづくり推進課(市役所3階)、因島総合支所施設管理課(総合支所3階)

#### ■意見書の提出

縦覧期間中において、変更案に関する意見書を提出することができます。広島県知事か尾道市長宛に「住所、名前、連絡先、意見」を記入のうえ、書面で提出してください。

☎☎〒730-8511 広島市中区基町10-52 都市政策課(☎082-513-4117)  
〒722-8501 尾道市久保一丁目15-1 まちづくり推進課(☎0848-25-7222)

### 難視対策で衛星放送を 視聴している皆さんへ

平成23年7月24日に、「地上アナログ放送」から「地上デジタル放送」に完全移行しています。難視地域の人で恒久対策(共同アンテナ・高性能アンテナ・尾道ケーブルテレビ加入・既設共聴加入)をしていない人は、一時的な対策として衛星放送を受信されていますが、衛星放送を受信できる期間は平成27年3月31日までとなります。

この期間が過ぎると視聴できませんので、早めに恒久対策の準備をお願いします。

☎総務省広島県テレビ受信者支援センター(デジサポ広島 ☎082-553-0101  
平日/9:00～21:00、  
土・日・祝日/9:00～18:00)

#### 【地デジ詐欺にご注意ください！】

総務省や放送局の担当者を名乗り、地上デジタルの工事や受信機の設置などの費用をだまし取る詐欺が

発生しています。依頼していない工事や一方的な用件、不明な請求等は、はっきり断りましょう。もし不審な点があれば、最寄りの警察署などに連絡してください。

### 広島県の最低賃金が変わりました

時間額 710円(平成23年10月1日から)  
※広島県最低賃金は、広島県内で働くすべての労働者に適用されます。  
※年齢・性別・雇用形態(常用・臨時・パート等)の別を問いません。  
※業種によっては、「産業別最低賃金」が適用される場合があります。  
☎広島労働局労働基準部賃金室(☎082-221-9242)  
尾道労働基準監督署(☎0848-22-4158)

### 優良運転者の表彰受付

毎年1回、交通安全協会の会員を対象に、永年無事故無違反を続け、他のドライバーの模範となった人で、5年以上無事故無違反から5年ごとに40年以上無事故無違反の人を「優良運転者」として表彰しています。

対象となる人は、交通安全協会の窓口で申請手続きを行ってください。なお、必要書類として申請期間内に発行された「無事故無違反証明書」が必要となります。

受付期限 12月26日(月)(土・日・祝日を除く)

☎尾道交通安全協会(☎0848-25-5207)

### 戦後強制抑留者の皆さんへ シベリア戦後強制抑留者に対する 特別給付金の請求はお済みですか

対象 戦後強制抑留者で平成22年6月16日に日本国籍を有するご存命の人

受付期限 平成24年3月31日(土)  
※平成19年度～平成21年度に特別慰労品(旅行券等引換券等)を受けている人には、当基金から請求書類を送付します。受けていない人は、当基金にお電話ください。

☎(独)平和祈念事業特別基金(☎03-5860-2748)

## 中退共は退職金づくりをサポートします

中退共制度(中小企業退職金共済制度)は、安全・確実・有利な国の退職金制度です。

◎掛金は全額非課税です。

◎退職金は企業間を通算して計算されます。

◎パートタイマーも加入できます。

◎適格退職年金制度からの移行先です。

※適格退職年金制度は平成24年3月31日に移行期間を迎えます。

📍中退共広島退職金相談コーナー(☎082-240-7151)、尾道商工会議所・尾道しまなみ商工会

🌐<http://chutaiikyoku.taisyokukin.go.jp>

## 募 集

### 尾道市看護職員募集

平成23年度尾道市看護職員採用候補者試験について、採用予定人員数を充足するまで、7月(終了)、8月(終了)、11月、平成24年1月に実施します。採用予定人員を充足した時点で、試験実施は打ち切ります。

受験資格(年齢等)・採用予定人員・試験日程等、詳しくは「平成23年度尾道市看護職員採用候補者試験案内」か市民病院ホームページでご確認ください。

📍市民病院庶務課(☎0848-47-1155)

### おのみち俳句まつり作品募集

兼題 春季雑詠

投句料 2句 1組で1,000円(小中学校の部無料)

選者 鷹羽狩行さん(社)俳人協会会長  
吉原一暁さん(狩俳句会尾道支部長)

展示期間 平成24年3月17日(土)～4月15日(日)

応募方法 12月29日(木)までに、尾道観光協会ホームページ等にある専用応募用紙か短冊型(幅9cm×長さ25cm・B5用紙の縦長半分)の用紙1枚に1句、2句単位で応募。

1枚ごとに中央に「俳句」、左に「住所、名前(ふりがな)、年齢、電話番号」を記入し、郵便小為替を同封のうえ郵送(必着)

※未発表作品に限る。平成24年3月上旬に書面とホームページで発表

📍〒722-0046 尾道市長江一丁目3-3 尾道観光協会「おのみち俳句まつり」係(☎0848-37-9736)

### 尾道市営駐車場定期使用者募集

尾道市営の月極駐車場は、次の駐車場区画に空きがあります。使用を希望する人は、各申込先へお問い合わせください。

#### ■尾道駅周辺

施設名 ベルポール駐車場(東御所町1-19)

募集区画 5台分

使用料 1カ月15,000円

申込先 尾道駅前都市開発(株)

(☎0848-24-1050/8:30~17:30)

#### ■新尾道駅周辺

施設名 新尾道駅北駐車場(栗原町9429-1)

募集区画 5台分

使用料 1カ月9,450円

申込先 (株)ベッセルテクノサービス(☎0848-24-8090/9:00~17:00)

施設名 新尾道駅南第二専用駐車場 および第三専用駐車場(栗原町3番および4番)

募集区画 4台分

使用料 1カ月8,970円

申込先 総務課(☎0848-25-7332)

#### ■日立造船周辺

施設名 日立造船横専用駐車場(向東町字西谷802-3)

募集区画 軽自動車専用区画3台分

使用料 1カ月3,780円

申込先 総務課(☎0848-25-7332)

#### ■因島地区

施設名 中央駐車場(因島土生町1899-31)

募集区画 10台分

使用料 1カ月7,210円(7:00~22:00)

1カ月4,430円(17:00~8:00)

申込先 (株)不二ビルサービス

(☎0845-22-3362/6:30~22:30)

施設名 長崎駐車場(因島土生町2579-1)

募集区画 5台分

使用料 1カ月6,180円(7:00~22:00)

1カ月3,610円(17:00~8:00)

申込先 (株)不二ビルサービス

(☎0845-22-3362)

## 高齢者にやさしいお店の情報を「ねこのて手帳」に掲載しませんか

「ねこのて手帳」は、高齢者の暮らしのお助け情報をまとめた冊子です。高齢者向けのサービスを行っているお店の情報を掲載し、高齢者がスムーズにこれらのサービスを利用できるよう、民生児童委員、介護保険事業所、医療機関、公共施設等に配布し、活用していただくものです。

○足腰が弱ったために外出できなくなった

○物忘れがあって購入時にちょっとした助言を必要としている

そんな高齢者に対して…例えば

◎自宅まで商品をお届けします!買った商品を家まで運びます!というお店

◎訪問して散髪します!という理美容院

◎洗濯物を自宅や病院まで回収・お届けOKというクリーニング屋

◎“TVがつかない!”“電気がつかない!”困った時の対応OKという電気屋

◎同じ商品を毎日買っていく人に対して「今日はこっちにしたら?」と別の商品をすすめてくれる食料品店など

掲載希望のあるお店は、11月15日(火)までに電話でお問い合わせください。その後、掲載内容等の記入用紙を送付します。

📍高齢者福祉課(☎0848-25-7450)

