



このマークのついている事業は、けんこうウエルカムポイント対象となります。

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。健康診日の1週間前までに通知がない場合は、ご連絡ください。

●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、因島総合支所健康推進課、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、因島総合支所健康推進課、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
5/21(月)	尾道市役所	10:00~11:30
		12:30~15:30
5/28(月)	生口島開発総合センター	9:30~11:30
	名荷公民館	13:00~14:30
	瀬戸田福祉保健センター	15:15~17:00
5/31(木)	瀬戸田体育館	9:30~12:45
		14:00~18:00
6/5(火)	尾道市立大学	10:00~11:00
		12:00~16:00

☎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・栄養相談  
持参物 お子さんの場合母子健康手帳

**ひきこもり相談**  
◇5月16日(水) 13:30~15:30

☎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)  
◇5月23日(水)・24日(木)  
対象 平成24年1月生まれ
- 1歳6カ月児健康診査(個別通知あり)  
◇6月13日(水)・14日(木)  
対象 平成22年11月生まれ
- 3歳児健康診査(個別通知あり)  
◇6月6日(水)・7日(木)  
対象 平成21年1月生まれ
- 5歳児相談(要申込)  
◇5月31日(木)13:30~15:30  
対象 平成19年4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)

- 乳幼児健康相談  
◇5月29日(火)受付9:30~10:30  
場所 東部公民館  
対象 12カ月までの児  
◇6月5日(火)受付9:45~10:30  
場所 浦崎公民館  
対象 3歳までの児  
◇6月11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
- 内容 ふれあい遊び(保育士)、身体計測、育児相談(保健師)、栄養相談(栄養士)
- 持参物 母子健康手帳、バスタオル
- 離乳食講習会(要申込)  
◇5月28日(月)10:00~11:40  
(受付9:40~10:00)  
対象 乳児の家族  
持参物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角布、マスク

- 内容 月齢ごとに簡単な調理実習(定員18人)※託児あり
- パパ☆ママ準備スクール~日曜日編~(要申込)  
◇5月20日(日)9:45~12:30  
(受付9:30~)
- 内容 出産の経過、乳房の手入れ、夫・家族の協力について、沐浴、妊婦体験

持参物 母子健康手帳、筆記用具、テキスト(2回以上の参加の人)

申込期限 5月17日(木)  
●心の相談(1週間前までに要申込)

◇5月21日(月)13:30~16:30  
場所 総合福祉センター  
◇6月12日(火)13:30~16:30  
場所 尾道市民センターむかいしま  
対象 心の悩みのある人かその家族  
担当 精神保健カウンセラー

●ひきこもりの相談(1週間前までに要申込)  
◇5月30日(水)13:30~16:30  
対象 概ね18歳以上で6ヵ月以上家庭にとどまり続けている人と家族(原則医療機関で治療中の人を除く)

因島・瀬戸田地域での健診・相談など

因島総合支所健康推進課  
☎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)  
◇6月7日(木)  
対象 平成22年9月30日~10月31日生まれ
- 3歳児健康診査(個別通知あり)  
◇5月24日(木)  
対象 平成20年12月5日~平成21年1月19日生まれ

- 乳児健康相談  
◇5月23日(水)  
対象と受付時間  
概ね0カ月~7カ月の児 10:20~10:40  
概ね8カ月~12カ月の児 9:10~9:30

- 持参物 母子健康手帳、バスタオル
- 5歳児相談(要申込)  
◇5月28日(月)13:30~15:30  
対象 平成19年4~5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)  
◇6月11日(月)13:15~15:30  
(受付13:00~)

- 内容 妊娠中の食生活について(栄養士)、簡単なおやつ作り、準備物品、お世話、保健事業・制度などについて
- 持参物 母子健康手帳、筆記用具、テキスト(2回以上の参加の人)、エプロン、三角巾

申込期限 6月7日(木) ※定員10人

●成人健康相談

◇6月4日(月)受付9:30~10:30

対象 身体・血圧・体脂肪測定など

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)

◇5月18日(金)

対象 平成23年12月~平成24年1月生まれ

●1歳6カ月児健康診査(個別通知あり)

◇6月15日(金)

対象 平成22年11~12月生まれ

●3歳児健康診査(個別通知あり)

◇6月15日(金)

対象 平成21年1~2月生まれ

●乳児健康相談

◇5月17日(木)、6月14日(木)  
9:10~9:30

対象 0カ月~12カ月の児

持参物 母子健康手帳

●心の相談(1週間前までに要申込)

◇5月25日(金)13:30~16:30

対象 心の悩みのある人かその家族

担当 精神保健カウンセラー

御調地域での健診・相談など

御調保健福祉センター

☎0848-76-2235

※場所は、いずれも御調保健福祉センター

●4カ月児健康診査(個別通知あり)

◇6月14日(木)

対象 平成24年1~2月生まれ

●乳児相談

◇6月14日(木)受付13:30~14:00

対象 12カ月までの児

内容 身体計測、育児相談(保健師)、栄養相談(栄養士)、歯科相談(歯科衛生士)

持参物 母子健康手帳

●こころの健康相談(前日までに要申込)

◇5月23日(水)13:30~15:30

対象 心の悩みのある人かその家族

担当 臨床心理士、保健師

●もの忘れ何でも相談室(要申込)

◇6月21日(木)13:30~15:00

内容 認知症状を有する人を在宅で介護している家族、もの忘れ・認知症等について悩みを抱えている人への個別相談

※申込・問い合わせは尾道市北部地域包括支援センターへ(☎0848-76-2495)

歯の衛生週間

歯っぴーフェスティバル

日時 6月9日(土)13:00~15:00

場所 総合福祉センター(駐車場は栗原小グラウンドも利用可)

対象 就学前の子ども

内容 歯科健診、歯科相談、ブラッシング相談、フッ素塗布、栄養相談、歯科技工士会による指先の石膏模型づくり、絵本コーナー、スタンプラリー

遊びのコーナー(ミュージックケア♪/30分程度、2回公演、各回定員あり)

呼気一酸化炭素濃度測定(タバコの有害物質である一酸化炭素濃度を測定して自分の喫煙状況を知るものです。)

お子さんの「お口の健康づくり」に役立てるため、家族でお越しください。歯科健診のほか、楽しいイベントもあります。すべて無料です。



※フッ素塗布の希望者は、歯みがきをしておいてください。  
※来場のお子さんには、全員歯ブラシをプレゼントします。  
※スタンプラリー参加者には景品があります。  
※20歳以上を対象に骨密度測定、マインドバランス(心と身体のバランス、リラクセス度がわかります。)測定を行います。

※12:45~開会セレモニー

☎健康推進課保健係(☎0848-24-1960)



尾道市御調地区保健福祉大学

日時 6月12日(火)13:30~

場所 御調文化会館

講演 ちょっとお得な健康講座~健診結果を役立てるには~

講師 沖田光昭(公立みつぎ総合病院副院長)

参加費 無料

☎御調保健福祉センター

(☎0848-76-2235)



当番医 診療時間/午前9時~午後5時(時間厳守) 尾道市医師会	月 日	内科系	小児科系	外 科	当番医 診療時間/午前9時~午後1時(時間厳守) 尾道市歯科医師会	歯 科
	5月20日	正岡クリニック(内) 栗原 ☎24-2411	板阪内科小児科医院(内小) 西久保 ☎37-3803	三宅 医 院(外) 向島 ☎44-1048		小川 歯科診療所 土堂2 ☎22-5566
27日	村上 医 院(内) 土堂2 ☎23-2047	森田小児科(小内) 土堂2 ☎25-3896	米 花 医 院(外) 高須 ☎47-4114	柏原ファミリー 歯科 向島 ☎45-4618		
6月3日	原田内科クリニック(内) 高須 ☎56-1323	西 医 院(内小) 手崎 ☎23-2437	笠井 病 院(外) 久保1 ☎37-2308	勝島 歯科 医 院 高須 ☎46-3610		
10日	たがしら 医 院(内) 美ノ郷 ☎48-3588	田辺クリニック(内小) 古浜 ☎24-1155	にしがき脳神経外科医院(外) 新浜1 ☎20-0802	カ ツ シ マ 歯 科 向島 ☎44-2666		

※市外局番は、いずれも「0848」です。

※変更になることがありますので、尾道市消防局(☎0848-55-0119)または当番医へ受診前に電話でご確認ください。

※因島地区については、「因島医師会病院(因島中庄町 ☎0845-24-1210)」がすべての休日に対応します。

※瀬戸田地区については、お知らせカレンダーをご参照ください。

# 今年も尾道市国保の人は無料!

生活習慣病予防の「特定健診」が始まっています



3月末現在、尾道市国民健康保険の加入者で今年度40歳～74歳になる人へ、4月下旬(4月1日以降加入の人は後日)に特定健診受診券と案内パンフレットを送付しています。受診券が届いてない場合はご連絡ください。

8,000円相当の特定健康診査が、無料で受けられます。また、有料ですが、がん検診も特定健診と同時に受診できますので、健康維持に役立ててください。

詳しくは、今月号の折込「健康診査お知らせ」をご覧ください。

※特定健診は年度内1回限りです。2回目以降は実費払いとなりますので、市の集団健診や人間ドックの受診を予定している場合は、ご注意ください。

## ●治療中で特定健診以外の検査・健診をしている皆さんへ

特定健診受診券を使わず同様の検査・健診をしている場合も、その健診結果を提供していただくことで特定健診を受診したとみなされます。詳しくは保険年金課へお問い合わせください。

尾道市国保は、受診者数が少ないため、保険料が値上がりする可能性があります。健診結果の提供にご協力ください。

☎健康推進課(☎0848-24-1962) 保険年金課(☎0848-25-7107)

今年が最後のチャンス!

## けんこう ウエルカム キャンペーン

国保特定健診  
早めの受診がおトク  
抽選で豪華賞品があたる!

詳しくは今月号の折込を  
ご覧ください。

特等は  
電動アシスト  
自転車!



## 元気はつらつ!! 健康づくりセミナー

～知ってナットク!「メタボ」のおはなし～(2回シリーズ)

### ●第1回(運動編)

日時 5月29日(火)13:30～15:30

場所 みつぎいこい会館

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 沖田光昭(公立みつぎ総合病院副院長)

大背戸まりこ(健康運動指導士)

持参物 タオル、飲み物、屋内用シューズ

※いきいきロードを歩きます。動きやすい服装、靴でお越しください。

### ●第2回(栄養・歯科編)

日時 6月5日(火)10:00～13:00

場所 御調保健福祉センター

内容 講義、調理実習(メタボ予防食)

講師 管理栄養士、歯科衛生士

持参物 エプロン、三角巾、材料費250円程度

### 【共通事項】

対象 概ね74歳までの市民で、できるだけ2回とも参加できる人

定員 15人(抽選)

申込期限 5月23日(水)

☎御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)



## 尾道市障害者巡回相談会

市では、障害のある人が地域で自立した生活を送るため、専門の相談員による巡回相談を行います。

手帳の有無や障害種別については問いません。本人、家族等で、気軽にご相談ください。(相談無料・秘密厳守)

※当日直接会場にお越しください。(電話で予約も可)

### ■旧尾道地区[場所:浦崎公民館]

日程 奇数月の第2火曜(7月10日、9月11日、11月13日、平成25年1月8日、3月12日)

時間 10:00～15:00

### ■因島・瀬戸田地区[場所:瀬戸田福祉保健センター]

日程 5月～平成25年3月の第1・第3水曜  
(※8月15日、1月2日、3月20日を除く)

時間 10:00～15:00

### 【共通事項】

内容 障害福祉に関すること

相談員 尾道市障害者サポートセンターはな・はな  
相談支援専門員

※訪問を希望する場合は、事前に希望日等をご連絡ください。

☎尾道市障害者サポートセンターはな・はな

(☎0848-29-5002 ☎0848-29-5003)

因島・瀬戸田相談センター

(☎0845-24-3632 ☎0845-24-3631)

社会福祉課障害福祉係

(☎0848-25-7124 ☎0848-37-7260)

## 医療講演会「肝炎疾患の診断と最新治療」

日時 5月20日(日)14:00～16:00

場所 イコール福山(福山市)

講師 守本洋一さん(倉敷中央病院消化器内科部長)

☎備後肝友会(石田 ☎090-4144-5139)

## オストメイトのための講習会

日時 5月27日(日)13:00～16:30

場所 福山市市民参画センター5階会議室(福山市)

講師 中国中央病院の医師・看護師

※ストーマ装具の展示会あり

☎日本オストミー協会広島県東部支部

(山本 ☎090-8065-1403)



# 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)	
5月20日(日)	尾三地区スポーツ推進委員総会及び交流競技大会
26日(土)	2012尾道ジュニアバレーボール練習試合
27日(日)	第13回しまなみオープンカップビーチボールバレー大会
6月2日(土)	南部地区中体連春季総合体育大会(卓球の部)
3日(日)	尾道ママさんバレーボール大会上期リーグ戦
9日(土)	スポーツ大会(尾道福祉専門学校)
10日(日)	第39回尾道ライフソフトバレーボール大会 ダンスパーティー大会

県立びんご運動公園行事案内 (☎0848-48-5446) HP <a href="http://www.bingo-undoukouen.jp/">http://www.bingo-undoukouen.jp/</a>	
5月19日(土)	尾三地区ミニバスケットボール連盟春季交歓大会 平成24年度中国六大学野球春季リーグ戦～20日 プロGRESSリーグU-15 2012
20日(日)	尾三ブロック新規・有資格者審判講習会(JVA) 少林寺拳法研修会/尾道市春期ダブルステニス大会 広島県社会人サッカーリーグ、6月3日 第15回びんご地区社会人リーグ、27日、6月3日・10日
26日(土)	第35回南部地区中学校春季総合体育大会バスケットボールの部 第28回RSK杯全国選抜ジュニア選手権大会広島県予選大会～27日 南部地区中学校春季大会、6月2日

27日(日)	広島県東部地区親善球技大会 三原浮城主催軟式野球大会
30日(水)	火薬類取扱保安講習会
6月2日(土)	全国若葉カップ小学生バドミントン大会 広島県予選会及びクラブ対抗団体戦 第65回広島県高等学校総合体育大会テニス競技団体戦 クラブユース選手権大会U-15予選リーグ
3日(日)	神村学区各区対抗バレーボール大会 スポーツダンス大会 第65回広島県高等学校総合体育大会テニス競技団体戦・個人戦 第60回尾道市長旗争奪軟式野球大会開会式
9日(土)	日立造船向島地区第5回ビーチボールバレー大会 第65回広島県高等学校総合体育大会ソフトテニス競技兼 中国高等学校ソフトテニス選手権大会広島県予選兼 全日本高等学校ソフトテニス選手権大会広島県予選、6月10日 広島県専門学校軟式野球春季大会 第7回びんご地区ジュニアユースリーグU-13
10日(日)	広島県高等学校総合体育大会剣道個人の部 毎日新聞社杯松永支部決勝大会 第7回びんご地区ジュニアユースリーグU-14

※行事案内は予定のため、変更・中止されることがあります。

## バレーボールを一緒にしませんか

**日時** 土曜日 12:30～17:00  
**場所** 市内小・中学校 **会費** 1,000円  
**対象** 小学生男子(運動が好きな人、初心者も歓迎)  
**回** 尾道因島ジュニアバレーボールクラブ  
 因島・向島・瀬戸田地区 (池田 ☎090-3744-3642)  
 旧尾道・御調地区 (曾根 ☎090-1689-5521)

# カメラさんぽ



## 御調高校ソフトボール部 全国準優勝!

御調高校ソフトボール部が、3月18日～21日に静岡県で開催された「第30回全国高等学校男子ソフトボール選抜大会」で準優勝しました。今後の活躍にも期待しています!



## 尾道市立大学スタート

4月1日、尾道大学が公立大学法人に移行し、「尾道市立大学」としてスタートしました。



## 瀬戸田診療所が新しくなりました

4月18日、尾道市立市民病院附属瀬戸田診療所の落成式が行われました。4月19日から診療が開始されています。

## 自転車マナー向上をめざして

市では、他人も自分も大切にする心を持った自転車利用者を「クールサイクリスト」と位置づけ、自転車マナー向上運動を行っています。

4月20日、初の取組を因島高校1年生を対象に実施し、安全講習会やステッカーの贈呈を行いました。



# 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)

## 一時多量ごみは直接持ち込みしてください

庭木剪定の枝や葉をごみステーションに出すのは、一度に3袋までにしてください。(袋に名前を書くなどして、他の人の草木ごみと区別できるようにしてください。)

庭木剪定・引っ越しなどで一時的に多量に出たごみは、ごみステーションには出せません。直接自分で次の施設へ分別して持ち込むか、収集運搬許可業者に依頼してください。受付時間や処理できないものがありますので、事前に確認してください。

施設	問い合わせ先
尾道市クリーンセンター 御調清掃センター 向島クリーンセンター	清掃事務所 (☎0848-48-2900)
因瀬クリーンセンター 因島リサイクルセンター	南部清掃事務所 (☎0845-24-0432)
瀬戸田名荷埋立処分地	南部清掃事務所瀬戸田分所 (☎0845-27-0454)

## 「ブラウン管式・液晶式・プラズマ式」テレビはリサイクルへ

尾道市の施設(クリーンセンター)では処理できません。不要になったら次の方法で処理してください。  
※因島地域は因島リサイクルセンターで引取可(リサイクル券を購入して持込、別途保管手数料3,000円必要)

### ①家電小売店等に依頼(リサイクル料金と運搬料金が必要)

買い替えの場合は、買い替える小売店に、買い替えない場合は、その製品を購入した小売店や家電量販店に引き取ってもらってください。

### ②自ら持ち込む(リサイクル券が必要)

事前にリサイクル券を購入し、メーカーが指定する引取場所に直接持ち込んでください。  
引取場所の地図はクリーンセンターにあります。

### ●リサイクル料金(券) 1,785円～3,795円

※メーカーや大きさで異なる場合があります。リサイクル券は郵便局で購入してください。(別途手数料が必要)

※収集・運搬料金は家電小売店ごとに異なるため、直接お問い合わせください。

### ●市内の引取場所(全メーカー)

(株)丸総商店尾道営業所(☎0848-56-0051)

※エアコン・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機も「家電リサイクル対象品」のためテレビと同じ処理が必要です。

## ダンボール箱コンポストを使って、生ごみを堆肥にしてみませんか

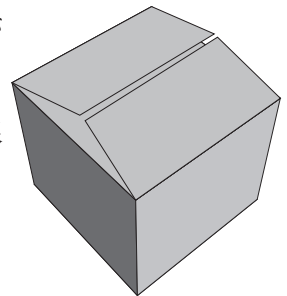
「ダンボール箱コンポスト」は、家庭の生ごみを堆肥化し、ごみの減量化を図ることができます。

市は、尾道市公衆衛生推進協議会が販売する「ダンボール箱コンポスト器材(ピートモス・米ぬか・くんたん)」への助成を行っています。(1セット300円/1,000セット限定。別途みかん箱程度の大きさのダンボール箱が必要です。)

尾道市公衆衛生推進協議会では、取り組み方法も紹介しています。

この機会に、生ごみの堆肥化に取り組んでみませんか。

☎清掃事務所(☎0848-48-2900)、尾道市公衆衛生推進協議会(☎0848-24-1177)



## 休日のごみ持込受付は「5月27日(日) 8:30～12:00」～対象物は家庭からのごみです～

施設名	備考	問い合わせ先
尾道市クリーンセンター	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	粗大・燃やせないごみ(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	生ごみを除く	南部清掃事務所瀬戸田分所(☎0845-27-0454) 【当日は☎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。