

もくじ

3 特集

まるごと みんなで 健康に

6 市内全小・中学校が学校公開を実施します

9 私たちのまち”尾道”の財政は大丈夫ですか？

10 暮らしの窓

10月1日からパスポートの早期発給制度が始まりました／住宅リフォームの補助申請受付中／清掃 ほか

12 健康・福祉

尾道市民病院「病院まつり」／新企画！健診体験温泉ツアー／障害者虐待の通報窓口を開設しました／休日当番医 ほか

15 子育て

定期健診など／四種混合ワクチン／発達支援講演会 ほか

18 スポーツ

19 芸術・文化

お城碁囲碁大会／けんみん文化祭ひろしま12／平成24年度市民音楽芸能祭／尾道市立美術館招待券 ほか

22 情報アラカルト

夜間通行止のお知らせ／尾道市立大学学園祭「第11回翠郷祭」／平成25年尾道市成人式／尾道シンポジウム「心ゆたかな尾道」／市営住宅入居者募集 ほか

31 相談

32 協働通信シリーズ⑬

今月の表紙



「身長はどのくらいかな…」表紙は、総合福祉センターで行われた4カ月児健康診査の様子です。

皆さんも、健診を受けて自分の健康をチェックしてみませんか。まずは、10月から各地で開催される健康まつりへ、ぜひお越しください。

(関連記事が3～5頁にあります。)

ご長寿おめでとうございます

敬老の日を前に、今年度百歳となるお二人を市長が訪問しました。

今年度市内で百歳以上となるのは、9月1日現在で148人(男性25人、女性123人)です。皆さん、おめでとうございます。



村上 ^{よみつ} 賀さん(向東町)

明治45年生まれ(100歳)

「食事は好き嫌いなく食べています。まだ百歳になった気がしませんが、今の自分があるのは親のおかげです。」



細谷花子さん(栗原町)

大正2年生まれ(99歳)

「若い頃は着物にゲタをはいてよく歩いていました。家族が大切にしてくれることが長寿の秘訣。孫やひ孫が来ると元気がきます。」

トピックス—Topics—

いざという時のために

9月2日、市内6箇所ですべて自主防災会や消防団・消防署が連携しての防災訓練が実施され、地震災害を想定した避難訓練や救急指導、緊急物資の配送訓練などを行いました。



御調で全国大会開催

9月8日～10日、御調ソフトボール球場で「第17回全日本レディースソフトボール大会」が開催され、各都道府県代表チームによる熱戦が繰り広げられました。



海外で青少年活動

青年海外協力隊としてスリランカへ派遣される西谷文さん(御調町)が、出発前に市長室を訪れました。派遣期間は2年間で、文化イベントの企画運営など、青少年活動に携わる予定です。





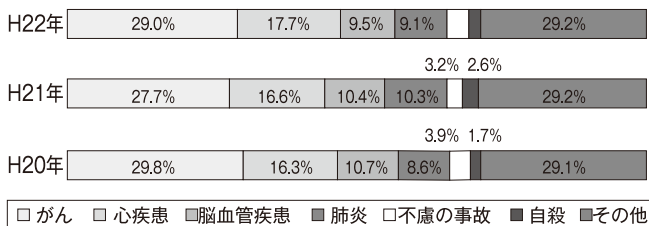
特集 **健康**

まるごと みんな**健康**に

皆さん、健診を受けていますか。現在、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなるといわれています。本市の平成22年の死亡原因をみると、1,925人のうち、約29%の558人ががんで亡くなっています。しかし、本市のがん検診受診率は、すべてが県の平均より低い状況です。まずは、次頁で紹介する「健康まつり」で自分の健康について考えてみませんか。

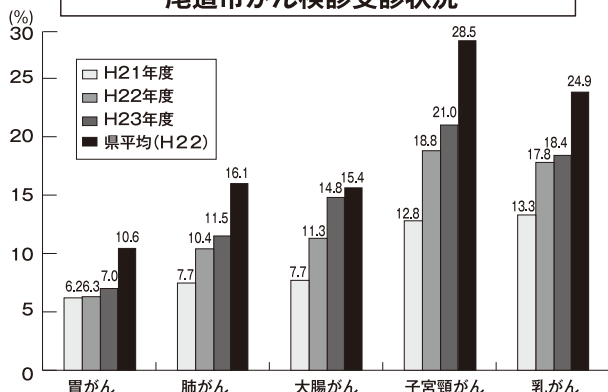
死亡原因の約3割が「がん」

年次別死亡原因（尾道市人口動態統計より）



県平均より低いがん検診受診率

尾道市がん検診受診状況



早くみつけて早く治そう

以前は、がんは死につながる怖い病気でしたが、現在は医学が進歩し、早くみつけて早く治せば治る病気になりました。がんは自覚症状のないのが特徴なので毎年1回(乳がん・子宮がんは2年に1回)検診を受けてください。



健康推進課保健師
村上さつき

職場などでがん検診を受ける機会のない人は、尾道市の健診を医療機関健診または集団健診で受けましょう。

健康まつりは健康を見直す良いチャンスです。「健診へ行こうよコーナー」で乳がんや大腸がんの模型を見て、触れて、またクイズに参加して、健診について考えてみてください。特定健診、がん検診も受診できる地域もあるのでぜひ参加してください。

健康まつりへ行ってみよう！



11/11日

第30回おのみち市民健康まつり

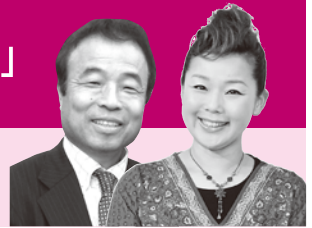
【場所】総合福祉センター



- 9:00~ ○オープニングセレモニー
- 9:30~10:50 ○第35回尾道市公衆衛生大会
- 秋空さわやかウォーキング(9:00受付)
- 9:30~15:00 ○測定コーナー
(血圧、体脂肪、骨密度、脳年齢など)
- 相談コーナー
(健康、歯科、薬、栄養など)
- 実演・体験コーナー
(はり・きゅう、健康体操、太極拳など)
- フリーマーケット
- スタンプラリー&抽選会
- 昼食、販売コーナーほか盛りだくさん!
- 乳がん検診、大腸がん検診
- 「健診へ行こうよ」コーナー

11:00~12:15
「がん検診へいこうよ！」
トークショー

渡辺弘基さん(元広島東洋カーブ投手)
松本裕見子さん(タレント)



●助産師と一緒にベビーマッサージを体験しませんか!

時間 10:00~、13:00~(各15組 ※要事前申込)

持参物 バスタオル、オムツ、着替えなど

申込方法 11月4日(日)までに「名前、年齢、電話番号、お子さんの名前、月齢」をFAXかEメールで申込

〒日本助産師会広島県支部(吉廣 ☎0848-48-5375)

✉harapekoaoomushi37@yahoo.co.jp

同時開催
第8回健やかフェスタ

13:15~15:00

- 合唱(田熊小6年生)
- 小中学校実践発表
- AED体験コーナー
- 展示コーナー(標語、図画など)
- 食コーナー(学校給食、尾道特産品紹介、試食)



☎健康推進課(☎0848-24-1962)

10/27土

むかいしま健康福祉まつり

【場所】尾道市民センターむかいしま

健康チェックなどを通じて1年間の健康の成果の確認ができます。健康づくりのきっかけとして参加して欲しいですね。車いす、点字、手話などボランティアの体験、軽食のモダンカレーや社会福祉団体の手作りバザーもおすすです。地域で協力してこのまつりを成功させたいですね。



実行委員長 榎 陸生さん

9:30~

- 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~)

9:50~13:00

- 体験コーナー(チェアエクササイズ、お手玉、ウォーキング、ボランティア)
- 環境問題啓発コーナー
- 体力測定コーナー(体脂肪・血圧・骨密度・呼吸一酸化炭素濃度測定)
- 食生活改善コーナー(栄養相談、野菜350g当てクイズに挑戦!ほか)
- 軽食コーナー(モダンカレー)
- 展示コーナー(各種団体等活動紹介)
- 販売コーナー(さをり織手作作品、パン、クッキー、ちらしずし、わかめ、ポップコーン、遊休品バザー、野菜、パウンドケーキなど)
- リサイクル品出張販売
- 健康診断(事前申し込んだ人へのみの受診です。)

☎健康推進課(☎0848-24-1960)

11/18日

いんのしま健康まつり

【場所】因島市民会館

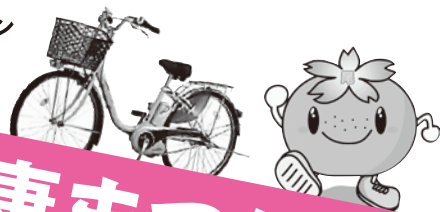
今年のテーマは「地域でいきいき健康づくり 元気で明るくいんのしま」です。オープニングセレモニーには、重井地域の子どもたちに馬神太鼓を披露していただきます。試食コーナーでは、ひじき、たこ、キャベツなど地元の特産品を使ったヘルシー料理を考えています。各地域の保健推進員が朝早くから作ってお待ちしています。



実行委員長 胡イサ工さん

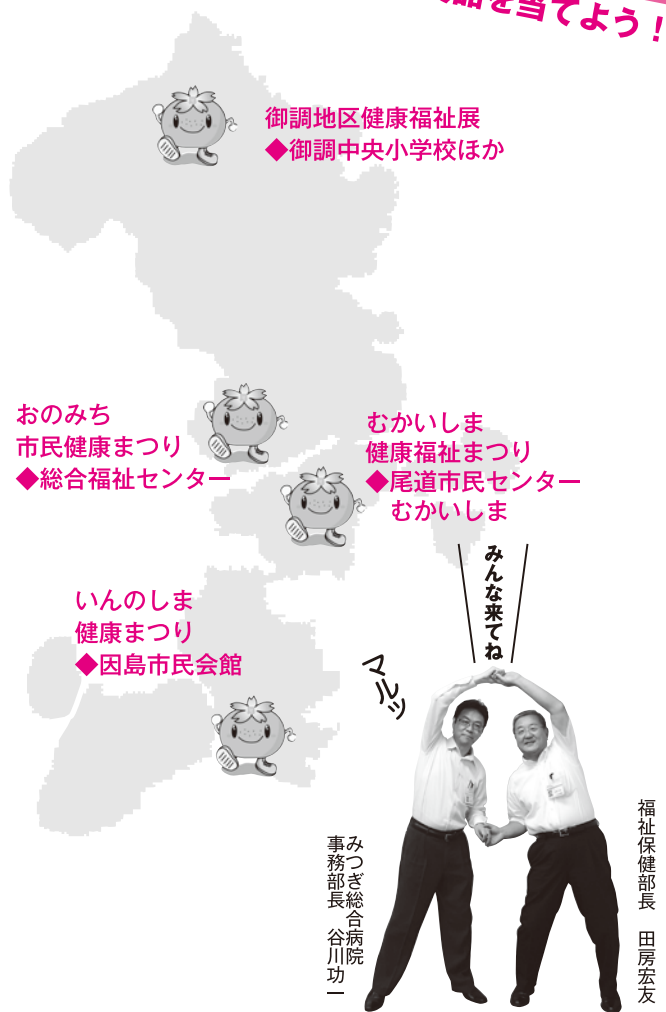
まるごと おのみち 健康まつり

けんこうエルカムキャンペーン
特等は電動アシスト自転車!



ポイントを集めて賞品を当てよう!

すべての健康まつりは、けんこうエルカムポイント対象です。



10/27±

第28回

御調地区健康福祉展

【場所】御調中央小学校、市公民館、御調体育センター

【御調中央小学校体育館】

- 10:00~ ○開会行事(国民健康保険健康家庭表彰、8020良い歯の表彰)
- 11:30~13:00 ○ふれあい芸能発表

15:00~ 講演会
生きているって素晴らしい
~健康に生きる秘訣~

鎌田 實さん
(諏訪中央病院名誉院長)



【御調中央小学校グラウンド】

- 9:00~15:00 ○各種バザー
- ふれあい動物園(ポニー体験乗馬)
- ふわふわドーム
- 13:00~15:00 ○スケッチ大会 ○もちつき

【市公民館】

- 9:00~15:00 ○展示コーナー(各種団体の活動など)
- 体験コーナー(手話、要約筆記など)
- 軽食コーナー、お茶席

【御調体育センター】

- 9:00~15:00 ○展示(医療・福祉関係、学校、保育所など)
- 体験コーナー(脳・血管年齢、骨密度など)
- 相談コーナー(介護・福祉、看護、薬など)
- フッ素塗布
- カプラブロックで遊ぼう、クイズラリー、抽選会
- 10:00~ ○献血

9:30~

○オープニングセレモニー

10:00~12:30 (各コーナーにより時間に変更あり)

- 健康チェックコーナー
(骨密度・脳年齢・血管年齢・血圧測定、体力診断など)
- フッ素塗布コーナー
- 健康相談コーナー ○転倒予防相談コーナー
- 「健診へ行くこうよ」コーナー
- 展示コーナー(愛育会・保健推進員・公衛協活動など)
- 試食コーナー(因島の特産物を使って)
- リサイクル市

11:00~12:30

○昼食コーナー

13:00~

○8020表彰式

13:30~15:00 講演会
あなたの心グセをチェック
~ココロとカラダの健康~

矢伏真理さん(株)クロデザインスタジオ



公立みつき総合病院の医師や看護師、リハスタッフ等の職員もがんばって準備しています。専門職ならではの情報提供をしたいと計画中です。普段は、「ちょっと」という病院も身近に感じていただけたらと思います。体力診断や血管年齢、血圧・骨密度測定などを体験してみてください。医師も参加します。皆さんの健康づくりにお得で役立つ内容が満載で、幼児から高齢の方まで、楽しみながら健康について学んでいただけますので、ぜひお越しください。



公立みつき総合病院
副院長 沖田光昭

園因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)

園御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)