

# 健康・福祉

## 令和8年度から市のけんしんの一部が変わります

市町村の実施するがん検診は、厚生労働省で定めた「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に沿って実施することになっています。

4月1日(水)から、国の指針に基づき、尾道市の検診の一部を変更します。

詳しくは市HPや広報4月号折込の「令和8年度健康診査お知らせ」をご覧ください。

市HP▶



(注)表記の年齢は年度末(3月31日時点)の年齢です。

変更する検診項目		現行	令和8年度
胃がん検診 (胃内視鏡検査)	対象者 【医療機関健診のみ】	40歳以上 受診間隔	50歳以上の偶数年齢 2年に1回
前立腺がん検診	対象者 受診間隔	50歳以上 年1回	実施なし
骨粗しょう症検診 【集団健診のみ】	対象者 受診間隔	実施なし 40・45・50・55・60・65・70歳の女性 対象年度に1回	

※胃がん(胃内視鏡検査)・子宮頸がん・乳がん検診については、偶数年齢の人が対象ですが、奇数年齢の人でも、前年度に未受診の場合、市へ事前申請することにより委託医療機関で受診できるようになります。

問健康推進課(☎0848-24-1962)

### ショッピングのついでに 気軽に♪お得に♪ 出張!! 乳がん・子宮頸がん検診

仕事に家事に育児に忙しい毎日を送っている皆さん、この機会に検診を受けてみませんか？

■3月6日(金) 9:30~11:30

場ひまわり因島店駐車場

【乳がん検診】

対40歳以上 定25人

【子宮頸がん検診】

対20歳以上 定30人

料市民で市のがん検診の対象者(年度末年齢が偶数年齢の女性)は500円以内

対象外の人は、乳がん2,500円、子宮頸がん2,500円

■3月4日(水)

■問中国労働衛生協会尾道検診所  
(☎0848-22-3803)



## 第16回JA尾道総合病院 市民公開講座 市民のためのがん最前線

■3月15日(日) 13:00~15:00(12:30開場)

場しまなみ交流館 定690人

問JA尾道総合病院 医療福祉支援センター(☎0848-22-8111)

講演1

尾道市健康推進課からのお知らせ  
～がん検診について～

講師 酒井衣利子(健康推進課 保健師)



講演2

放射線治療で支える緩和ケア  
～やさしい治療の選択～

講師 渡邊祐子さん(JA尾道総合病院  
がん放射線療法看護認定看護師)



講演3

子宮頸がんは防げる病気です  
～ワクチンと検診のリアル～

講師 坂下知久さん  
(JA尾道総合病院 産婦人科主任部長)



講演4

大腸がんで死んではいけない！

講師 田中信治さん  
(JA尾道総合病院 病院長)



■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。

申込方法  
期間  
場所  
問い合わせ先

対象  
内容  
料金  
電話  
定員

申込  
アカス

持参物  
電子メール

締切  
ホームページ

## 自死遺族の 分かち合いの集い

大切な人を自死で亡くした人が、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。

■ 2月22日(日) 14:00~16:00

場 アンテナ・コーヒーハウス(東土堂町  
11-3) 料300円

対 ご家族・親戚を自死で亡くした人

申 開アンテナ・コーヒーハウス  
(☎0848-22-2080)

## 不育症・一般不妊症治療費 への助成申請期限は、 4月30日(木)です

◎不育症の検査・治療への助成

対 令和7年度に不育症の検査・治療  
を受けた人

助成額 治療等に要した自己負担額  
の7割(助成上限額:30万円)

◎一般不妊治療への助成

対 令和7年度に検査・治療を受けた人  
助成額 助成上限額5万円

締 4月30日(木)必着

※特定不妊治療費の助成申請期限は、  
広島県特定不妊治療支援事業助成  
承認決定日から2カ月以内です。

※詳しくは、市HP、医療機関等にあ

## 「いのちを守るこころの健康標語」受賞作品決定

こころの健康づくりに関する標語を市内の中学・高校生に募集  
し、中学生の部409人、高校生の部163人の応募がありました。

3月の自殺対策強化月間には、受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。

市HP▶



中学生の部 ※敬称略。

賞	受賞作品	受賞者名
最優秀賞	その言葉 相手の心 ちゃんと見て	片岡沙羅
優秀賞	疲れたら 一度止まって ひとやすみ	迫田偉奈
	無理せずに あなたの心が 最優先	石岡琴音

高校生の部 ※敬称略。

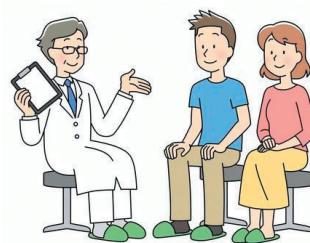
賞	受賞作品	受賞者名
最優秀賞	認め合おう あなたはあなた 自分は自分	原田 海
優秀賞	君と僕 違いを認め つながる心	待山敦史
	休養を 取らぬ自負より 取る勇気	齋藤巧翔

問 健康推進課(☎0848-24-1962)

るリーフレット等をご覧ください。

問 健康推進課

(☎0848-24-1960)



問 尾道市献血推進協議会  
(☎0848-24-1177)

日 時

場 所

2/28(土) 9:30~12:30  
14:00~16:00

ハローズ  
因島店

骨髓バンクドナー登録会を同時  
開催しています。

献血は、電話・HP・ラブラッドア  
プリで予約できます。

申 0120-150-554

(平日 8:30~17:30)

HP <https://www.kenketsu.jp/Login>

## 健康相談など

### こころの相談

対 心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

■ ①2月24日(火)、②3月12日(木)  
13:30~16:30

担当 公認心理師 定各日2人

締 ①2月20日(金)、②3月11日(水)

申 開健康推進課

(☎0848-24-1962)

#### ■因島総合支所

■ 3月19日(木) 13:00~16:00

担当 精神保健福祉士 定2人

締 3月12日(木)

申 開因島総合支所健康推進課

(☎0845-22-0123)

#### ■御調保健福祉センター

■ 2月18日(水) 13:30~15:30

担当 公認心理師、保健師 定2人

締 2月17日(火)

申 開御調保健福祉センター

(☎0848-76-2235)

### 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・骨密度測定

#### ■はっさく交流館

■ 3月10日(火) 14:00~15:00

#### ■総合福祉センター

■ 3月13日(金) 9:30~11:00

#### ■瀬戸田福祉保健センター

■ 3月17日(火) 14:00~15:00

申 開健康推進課

(☎0848-24-1962)

### 高齢者の相談会

■ 2月25日(水) 10:00~11:30

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 ものの忘れ・生活・介護保険・困り事  
の相談など。もの忘れのチェックもできます。

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)

### 東部保健所での相談(要申込)

#### ●アレルギー疾患相談

■ 2月17日(火) 13:30~15:30

内 生活・栄養相談(子どもの相談  
は親子(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)

■ 3月18日(水) 13:30~15:30

場 広島県東部建設事務所三原支所

締 3月10日(火)

#### ●B型・C型肝炎ウイルス検査

■ 3月19日(木) 締 3月13日(金)

対 検査を受けることを希望する  
人(過去に検査を受けたこと  
のある人と市の肝炎ウイルス  
検査の対象者は除く)  
※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

■ 2月19日(木)、3月5日(木)

締 前日まで(匿名可)

※検査結果は当日。

申 開広島県東部保健所保健課

(☎0848-25-2011)

## 講演会「健口維持で豊かな人生を! ～フレイルって何?～」出でん 勝ち

お口の衰えは心身の機能低下の重要なサインです。豊かなセカンドライフのために、今、お口の健康を見直しましょう!ぜひご来場ください。

日 2月26日(木) 14:00~15:30

場 総合福祉センター

内 健康寿命を延ばすために知っておきたい「フレイル」の知識と、誰でも今日から始められる簡単な「健口」維持のための運動を紹介します。

講師 本多宏史さん(ほんだ歯科医院)

問 尾道市地域包括ケア連絡協議会

担当:菅近(☎0848-21-1262)

## 尾道市御調地区保健福祉大学 「元気で長寿!! ~栄養の話~」出でん 勝ち

毎日を元気に過ごすためには、「食事」と「運動」の両方が大切です。栄養の役割や元気な身体を保つために意識したい食事のポイントをわかりやすくお伝えします。当日は握力測定を行い、自宅でできる筋トレもご紹介します。

日 3月4日(水) 13:30~15:15

場 公立みづき総合病院

講師 平井敏弘(公立みづき総合病院顧問)

中尾理恵(管理栄養士)

三谷仁也(公立みづき総合病院理学療法士・フレイル対策推進マネジャー)

問 御調保健センター(☎0848-76-2235)



## 女性のための健康づくりセミナー出でん 勝ち ～40歳からもご機嫌に過ごすからだメンテナンス～

女性はホルモンの変化に伴い、ライフステージ毎に心身の状況が変化する特性があります。いつまでも自分らしく楽しく過ごすためのからだとの向き合い方をお伝えします。



日 3月5日(木) 13:30~15:00

場 みづきいこい会館

内 講義・運動実技

講師 手嶋 恵さん(健康運動指導士、介護予防運動指導員、パーソナルトレーナー他)

持 ストレッチマット(レンタルあり)、屋内用シューズ、飲み物

対 概ね40歳以上の市民※男性も受講できます。

定 20人 締 2月27日(金)

問 御調保健センター(☎0848-76-2235)

## 心とからだの健康講座出でん 勝ち 「知っておくと得する糖尿病の知識」

糖尿病が強く疑われる人とその予備軍は、全国で約2,000万人にのぼるとされています。糖尿病は、放置すれば重篤な合併症を引き起こす恐れもあります。糖尿病の基礎知識から日常生活で気をつけたいポイントまで、専門医がわかりやすくお話をします。

日 3月13日(金) 14:00~15:50

場 ベイタウン尾道組合会館

講師 金藤秀明さん(川崎医科大学 糖尿病・代謝・内分泌内科学教授)

定 100人

申 「名前、住所、電話番号」を電話かFAXで

問 中国労働衛生協会尾道検診所

(☎0848-22-3803・

FAX 0848-22-6352)

## こんにちは 市民病院で<sup>77</sup>

### 皮膚科の紹介 ～協力し合う医療を目指して～

問 尾道市立市民病院  
(☎0848-47-1155(代))

皮膚科では、地域のいろいろな診療科の医院の先生方から、たくさんの患者さんの紹介をいただいております。

診療内容として、治りにくい傷や、良性または悪性の皮膚腫瘍に対して手術をしたり、最近ではアトピー性皮膚炎など慢性の皮膚疾患に対する新しい治療を導入したりしています。

また入院を必要とする帯状疱疹や蜂窩織炎など皮膚の感染症、褥瘡(床ずれ)なども積極的に受け入れています。より高度な医療が必要と判断した場合には大学病院などの連携も密に行ってています。特に岡山大学からは手術を得意とする医師を定期的に派遣してもらい、一緒に手術をしています。

持病を治療しないと良くならない皮膚疾患もあります。また皮膚から内臓の病気が判明することも少なくありません。そのため病院内の他の診療科の医師と協力しながら治療を行います。

これからも協力し合う医療を目指して治療を行ってまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。



医師紹介

診療科長 横野かおり

神野泰輔(岡山大学から派遣)

■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。

申込期間  
申込方法  
申込先

問  
問い合わせ先

対  
対象

内  
内  
容

申  
電  
話

定  
定  
員

料  
料  
金

ア  
ア  
ク  
ス

持  
持  
參  
物

締  
締  
切

電  
子  
メ  
ール

HP

ホ  
ム  
ペ  
ジ

## 介護予防 シルリハ の効果検証

### 結果発表!!

それぞれに  
プラス効果有!

私たち体操指導士が  
体操を指導するけど、  
気軽に会場へ来てるね。  
待つとるよー!



指導士養成講習会を受講後に

- 握力・生きがい感向上**
- 心理的ストレス軽減**
- 4ヶ月間の指導士活動をした場合
- 運動機能・生きがい感向上**
- 不安感減少**



シルバーリハビリ体操参加者

運動機能の維持

- 運動機能の維持**
- 健康心理面の維持・改善**  
(初回と1年後の調査比較)

問高齢者福祉課(☎0848-38-9137)

▼体操動画



▼体操教室一覧など



## 子育て

### まめまめ通信⑮

### 妊娠中からの お口の健康づくり

問健康推進課  
(☎0848-24-1960)

妊娠中のお口の中は、さまざまな変化がおこります。また、妊婦さんのお口の健康状態が生まれてくる赤ちゃんにも影響します。

#### 妊娠中のお口の変化

##### ●むし歯になりやすい。

- ・つわりの影響で歯がみがきにくくなる。
- ・嗜好の変化で間食が増えたり食事が不規則になりやすい。
- ・だ液の減少で汚れがお口の中に溜まりやすい。



##### ●歯肉炎や歯周病が悪化しやすい。

- ・女性ホルモン増加の影響で歯周病菌が増殖しやすい。

#### 赤ちゃんへの影響



- 歯周病菌により早産や低体重児出生のリスクが高くなると言われています。
- むし歯の原因菌が赤ちゃんに感染することがあります。

生まれたばかりの赤ちゃんのお口には、むし歯の原因菌は存在しません。生まれた後に、だ液を介して赤ちゃんにうつります。

お子さんのお口の健康づくりは妊娠中からスタートしています。



妊婦さんやご家族のむし歯の治療をおこない、むし歯菌を減らしておくことは、生まれてくるお子さんのお口の健康づくりに大切です。ぜひ、妊婦さんは妊婦歯科健診、ご家族は歯科健診を受けましょう。

#### 妊婦歯科健康診査

対象 市内在住の親子(母子)健康手帳の交付を受けた人

受診方法 尾道市内の委託歯科医療機関へ予約し受診して下さい。

料金 **無料** 妊娠中に1回(治療費は有料)

詳しくは市HPや子育て応援カイドブックをご覧ください。

問健康推進課(☎0848-24-1960)



▲市HP

