

健康ひろば



心の健康相談（前日までに要予約）

☎ 広島県西部保健所呉支所厚生保健課
☎0823-22-5400

日時 2月7日(火)午後1時30分～3時
場所 市役所本庁4階402会議室

アルコール健康相談会（申し込み不要）

☎ 保健医療課☎0823-43-1639

本人、家族が体験を語り、断酒を支援する場です。
日時 2月20日(月)午後1時30分～3時
場所 江田島保健センター

エイズ・梅毒検査（要予約）

☎ 広島県西部保健所呉支所厚生保健課
☎0823-22-5400

感染症の不安のある方は無料・匿名で検査できます。
日時 2月20日(月)午前9時～正午
場所 広島県西部保健所呉支所（呉市西中央1-3-25）
申込期限 2月17日(金)

健康づくりウォーキング教室 （申し込み不要・雨天中止）

☎ 保健医療課☎0823-43-1639

鹿田公園からUminosに寄り、イチゴ農園を目指して歩きます。※新鮮なイチゴを購入する方は、袋を持参してください。

日時 2月28日(火)午前9時30分～正午
場所 鹿田公園（沖美町是長）

準備物 保険代30円、帽子、飲み物、タオル、運動しやすい服装、運動靴

献血にご協力ください

☎ 保健医療課☎0823-43-1639

日時 2月19日(日)午前10時～正午
午後1時15分～4時

場所 ゆめタウン江田島 駐車場
参加者には景品も用意！

健康づくり教室 （一週間前までに要予約）

☎ 保健医療課☎0823-43-1639

今回のテーマは「認知症予防」です。食生活改善推進員による認知症予防のお話と、認知症予防に効果的な食材を使ったお弁当を作ります。

※弁当は持ち帰ります。

参加費 200円
準備物 エプロン、三角巾、タオル

日程・場所（時間はすべて午前9時30分～正午）

日程	場所
2月1日(水)	矢ノ浦老人集会所 大須コミュニティホーム
2日(木)	沖美市民センター 山田コミュニティホーム
3日(金)	江田島市民センター別館
6日(月)	切串公民館
7日(火)	高田交流プラザ 飛渡瀬老人集会所
8日(水)	三高会館 秋月交流プラザ
9日(木)	幸ノ浦老人集会所 鷲部交流プラザ
10日(金)	鹿川交流プラザ 大柿市民センター
14日(火)	深江交流プラザ
16日(木)	江田島コミュニティセンター 能美市民センター
17日(金)	宮ノ原交流プラザ 大君自治会館

地域のカフェ（認知症カフェ）

☎ 地域包括支援センター☎0823-43-1640

認知症カフェは、認知症の人やその家族、地域住民、介護や福祉の専門家など誰でも、気軽に集える場所です。市内には2カ所のカフェがあります。お茶を飲みながらお話をし、悩み事の相談や新たな出会いや地域とのつながりの場として、ご活用ください。

参加費 100円（お茶菓子代）

区分	いやしカフェ	よしみちカフェ
日程	2月1日(水)・3月1日(水)	2月21日(火)
時間	10:00～11:30	10:00～11:30
場所	江南ふれあいセンター	江田島市民センター別館
問合せ	在宅介護支援センター江能 ☎0823-57-7100	誠心園ランチ ☎0823-42-5252

認知症相談会（要予約）

☎ 地域包括支援センター☎0823-43-1640

「物忘れが気になる」「認知症の症状?」「受診や相談をしたことがない」など、気になることがあれば相談してみませんか?ご家族や関係者も相談できます。

日時 2月17日(金)午後2時～3時30分

場所 沖美市民センター

相談医 吉田昌平医師（吉田病院）、吉田病院相談員

申込期限 2月16日(木)

申込先 吉田病院☎0823-42-1100

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・変更となる場合があります。

全国瞬時警報システム（Jアラート）について

■全国瞬時警報システム（Jアラート）とは

弾道ミサイル情報、緊急地震速報、津波警報など対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、携帯電話等に配信される緊急速報メール、市町村防災行政無線等により、国から住民まで瞬時に伝達するシステムです。

全国瞬時警報システム（Jアラート）で配信する情報のうち、特に緊急を要する情報については、本市の防災行政無線を自動起動させ、瞬時に伝達することとなっています。

※「全国瞬時警報システム（Jアラート）の概要」（消防庁）をもとに作成
（URL：<https://www.fdma.go.jp/about/organization/post-18.html>）

■全国瞬時警報システム（Jアラート）による放送内容（例）および対応

緊急情報の種類	警報音	音声メッセージの内容	市民の避難行動
国民保護情報（弾道ミサイル発射情報）	国民保護サイレン 14秒吹鳴	弾道ミサイル発射情報。 ※2回繰り返し 当地域に着弾する可能性があります。	【屋外にいる場合】 爆風や破片などの被害を避けるため、近くの建物の中か地下に避難しましょう。 【建物がない場合】 爆風や破片などの被害を避けるため、物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守りましょう。 【屋内にいる場合】 爆風で壊れた窓ガラスなどで被害を受けないよう、できるだけ窓から離れ、できれば窓のない部屋に移動しましょう。
緊急地震速報	チャイム音	緊急地震速報。 大地震（おおじしん）です。 ※2回繰り返し	地震が発生したら、姿勢を低くし、丈夫な机の下など安全な場所で体や頭部を守り、揺れが収まるまでその場から動かないようにしましょう。
大津波警報（東日本大震災クラス）	消防サイレン 3秒吹鳴2秒休止×3回	大津波警報。 ※2回繰り返し 東日本大震災クラスの津波がきます。	大津波警報や津波警報が発令された場合、直ちに沿岸部から離れ、高台など津波が到達しない安全な場所まで避難しましょう。
津波警報	消防サイレン 5秒吹鳴6秒休止×2回	津波警報が発表されました。	
気象等の特別警報（大雨特別警報）	なし	大雨特別警報が発表されました。	これまでに経験したことのないような、重大な危険が差し迫った異常な状況にあります。避難所への避難がかえって危険な場合には、少しでも崖から離れた場所や少しでも浸水しにくい高い場所へ移動するなど命を守る行動を最優先に行いましょう。

※注 記載のある緊急情報は、本市で自動起動する緊急情報の一部を掲載しています。

防災・減災に関する県民意識調査を実施します

広島県危機管理監みんなで減災推進課からのお知らせ

広島県では、『広島県「みんなで減災」県民総ぐるみ運動』の取組実績を把握し、運動を進める上での課題の抽出やその解決方策の検討を行うため、毎年「防災・減災に関する県民意識調査」を実施しています。

この調査は、県内在住の18歳以上の方から無作為に5,000人を抽出し、2月下旬から3月上旬に

かけて調査票を抽出した対象者に郵送されます。調査票がお手元に届いた方は、本調査にご協力をお願いします。

▶広島県「みんなで減災」県民総ぐるみ運動

☎<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/249/minnadegennsai.html>