

南 区 版

くらしのガイド

健 康

地域支えあい課

☎250-4108、250-4109、
250-4133、☎254-4030

下記の集団検診を受ける人へ
※受診の際には、「受診券」を持参してください。健康診査を受診する人は、資格確認書類（マイナ保険証など）が必要です
※生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時70歳以上のいずれかであることを証明するものか、後期高齢者医療被保険者の人は、マイナ保険証、資格確認書類を持参した場合は無料です

■ 集団検診

①健康診査、②肺がん検診、③大腸がん検診、④骨粗しょう症検診、⑤結核診断

※⑤はポイント対象外

☎①～③今年度末で40歳以上（①国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、②③会社などで受診可能な人は除く）、④男性：受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢、女性：受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢、⑤今年度末で65歳以上

期日	時間	会場
9/8(火)	9:00～11:30	区役所別館
9/14(月)	9:30～11:30	宇品公民館

☎②③各400円、④1,000円

※大腸がん検診は、事前にながん検診受診券に同封のはがきで採便容器の請求を

⑥胃がん検診（X線検査）

☎今年度末で40歳以上（会社などで受診可能な人は除く）

期日	時間	会場
9/8(火)	9:00～11:30	区役所別館

¥1,100円

⑦子宮頸がん検診

⑧乳がん検診

☎⑦受診時20歳以上、⑧今年度末で40歳以上の女性（いずれも会社などで受診可能な人は除く。受診は2年度に1回）

期日	時間	会場
9/8(火)	9:00～11:30	区役所別館

¥⑦1,000円、⑧1,500円

⑨ミニ人間ドック

健康診査とがん検診（胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん）と骨粗しょう症検診が1日で受診できます。

☎①～⑧の上記参照

期日	時間	会場
9/8(火)	9:00～11:30	区役所別館

¥400円～5,400円（検診の種類によって異なる）

☎①～⑤当日会場で、⑥～⑨は集団検診予約ダイヤル（☎0120-489-431、平日9:00～16:30、電話でのやり取りが難しい人は、☎504-2258）で。先着順
※インターネットでも予約可

市HP ページ番号 1003186

■ 栄養相談（予約制）

肥満が気になる人の食事内容や、赤ちゃんの離乳食など、管理栄養士が個別で相談に対応。

☎7月22日(水)9:30～10:30

☎区役所別館

☎電話（250-4108）かファクスで

■ エイズ相談・HIV検査

エイズに関する相談やHIV検査を匿名で。 ※肝炎・梅毒検査も同時に受診可

☎毎週(火)9:30～11:00

☎区役所別館

☎市HPか電話（250-4108）、ファクスで

市HP ページ番号 1022693

■ 認知症の人と家族の交流会

情報交換をして、悩みを語り合う場です。

☎7月17日(金)13:30～15:00

☎区役所別館

☎初めて参加する人は電話（250-4109）かファクスで

■ 医師による心の健康相談

☎憂鬱、不眠、人とうまく付き合えない、お酒、認知症などで悩んでいる人や周りの人

☎7月16日(木)13:30～15:00

☎区役所別館

☎前日の12:00までに電話（250-4133）で

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

■ 被爆者健康診断

期日	時間	会場
7/10(金)	9:30～11:00	区役所別館
7/13(月)		段原公民館
7/17(金)		仁保公民館

※肺がん検診を同時に受診可

■ 被爆者胃がん・肺がん検診

期日	時間	会場
7/10(金)	9:00～11:00	区役所別館
7/13(月)		段原公民館

子 育 て

地域支えあい課

☎250-4133、☎254-4030

■ 離乳食教室-スタート編-

教室のほかに離乳食に関する相談にも管理栄養士が対応。

※電話相談はいつでも可

☎4～6カ月児の保護者

☎7月29日(水)10:00～11:30

☎区役所別館

☎離乳食の進め方と調理実演

☎電話かアプリ「母子モ」で

催 し

障害者基幹

相談支援センター

☎207-0636、☎207-0626

■ 障害福祉相談会

☎7月9日(木)10:30～12:00（受け付けは11:30まで）

☎区役所別館

☎福祉サービス利用や障害のある人などの相談に対応

☎電話で

南区図書館

☎251-1080、☎252-4120
☎(月)（20日を除く）、21日(火)、31日(金)

■ 夏休み工作教室「まいて作ろう！くるくるペーパーアート」

☎小学生

☎7月25日(土)10:00～12:00

☎区民文化センター

☎画用紙を巻いて動物や花を作り、台紙に貼り付けて飾り額を作成する

【講師】得能美由紀氏

☎7月1日(水)9:00から直接か電話、ファクスで。先着15人

■ こぐまちゃんクラブ

☎乳幼児と保護者

☎7月14日(火)10:30、11:05から

☎絵本の読み聞かせやわらべ歌など

■ おはなし会

☎幼児以上

☎7月11日、18日(土)の11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

大河公民館

☎、☎254-6731
☎(火)

■ 講演会「生きて、繋いで-生きた証を記録する-」

☎7月13日(月)10:00～11:30

☎被爆三世の家族写真の撮影や、展示活動などでの出会いを通じて感じた記録を残す意味と継承の大切さについての講演

【講師】写真家・堂畝紘子氏

☎直接か電話で。先着30人

♪ さざなみコーラス ♪

区内で活動するコーラス団体が集まり、成果を発表するコンサートです。

☎7月11日(土)開場12:30、開演13:00

☎南区民文化センター

☎☎251-4120、☎256-8811



弁護士無料法律相談

さまざまな悩みについて、弁護士が相談を受け付けます。

☎7月15日(水)13:00～16:00

☎区役所別館

☎親子関係、過払い金取り戻し、破産、土地トラブル、相続などの相談

※相談時間は1人（1組）30分

☎電話かファクスで、7月6日（月）までに、区社会福祉協議会へ。先着6人（組）

☎☎251-0525、☎256-0990

☎7月19日



+ 400mL献血にご協力を +

日付	時間	会場
7/4(土)	9:00～11:30	黄金山小学校
	13:30～16:00	向洋新町会館

☎生活課（☎250-4103、☎254-9184）

やさしいエクササイズ講座

ライフスタイルに合わせて、楽しく体を動かしませんか？

☎18歳以上

	日付	時間	教室名	内容	講師
①	7/6、13、27(月)	9:30～10:30	A Healthier Body	骨盤底筋群に着目した運動	宇都宮静枝氏
②	7/9、16、23(木)	13:30～14:30	A Better Body	筋トレと有酸素運動	
③	7/24、31(金)	19:30～20:30	からだスッカリナイトyoga	ゆったりとしたヨガ	森本順子氏

☎区スポーツセンター

☎各回600円

☎①②シューズ

☎当日受け付けで。定員10人

☎☎251-7721、☎251-7701

☎(火)

ここに寄り添うボランティア入門講座

心の病について理解を深め、精神保健ボランティア活動に参加してみませんか？

	日付(全3回)	時間	内容	講師
①	7/22(水)	13:30～15:30	こころの病気の理解と関わり方について(入門編)	宇品メンタルクリニック院長・山本修氏
②	7/23(木)～8/25(火)の中で1日2時間		地域の共同作業所を見学しよう	-
③	8/26(水)	13:30～15:30	ボランティア活動とは	ボランティアグループ「とちの実」、共同作業所職員など

☎区役所別館（②のみ現地集合）

☎電話かファクスで7月21日(火)までに区社会福祉協議会へ。先着20人

☎☎251-0525、☎256-0990

☎(休)7月19日

保育園・幼稚園に遊びに来てください(7月分)

☎保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者

☎各園へ

★は予約が必要

車で来園できない園もあるので、詳しくは直接園へお問い合わせを

保育園名	電話	日時	内容
荒神	262-6983	22(水) 10:00から	★夏の遊びを楽しもう
大州	286-4554	24(金) 10:00～11:00	夏の遊び
青崎	281-2493	30(木) 10:00～11:00	★一緒に遊ぼう（水遊び）
仁保	281-1539	(土) 10:00～11:00	サタデー広場
楠那	251-6843	7(火) 10:00～11:00	七夕会を楽しもう
宇品東	254-1600	4(土) 10:00～11:00	サタデー広場
元宇品	251-2709	11(土) 10:00～11:00	★サタデー広場
出島	254-6319	22(水) 10:00～11:00	一緒に遊ぼう（水遊び） ☎タオル
うじな	251-4833	16(木) 10:00～11:00	★運動遊び教室

みにみみょう 282-6366 (金) 10:00～12:00 主に発達を促す遊びと発達相談、園開放、保育講座、誕生会など

第二みにみみょうこども園	283-0900	(月)・(水) ※7/20は除く	10:00～12:00	管理栄養士による栄養相談、健康相談、身体計測、園開放、保育講座など
--------------	----------	------------------	-------------	-----------------------------------

日出みにみみょう	569-4455	25(土)	10:00～12:00	水遊びを楽しみましょう
段原みにみみょう	568-8330	(火)・(木)	10:00～12:00	園開放・育児相談

ナーガ	255-8222	(土) ※7/25は除く	9:30～10:30	園庭開放
-----	----------	--------------	------------	------

第二ナーガ	250-8022	9(木)	10:00～11:00	★園庭開放
-------	----------	------	-------------	-------

アイグラン保育園仁保	258-1220	18(土)	10:00～11:00	★園庭開放・離乳食教室
------------	----------	-------	-------------	-------------

レガロ・パンビーニ	261-0415	15(水)	10:00～11:00	★Regalo Land-さわってあそぼう- (☎未就園児と保護者)
-----------	----------	-------	-------------	---------------------------------------

りらくくす段原保育園	225-7202	7(火)	10:00から	★七夕会
------------	----------	------	---------	------

みなみ愛児園	251-2508	23(木)	10:00から	★お誕生日会（誕生月の子のみ参加可）
--------	----------	-------	---------	--------------------

幼稚園名	電話	日時	内容
青葉	281-2497	8(水) 10:30～11:45	園庭開放

安芸	251-0451	9(木) 10:00～11:30	★親子触れ合い遊び、園庭開放
----	----------	------------------	----------------

あさひ	254-2153	25(土) 10:15～11:30	★こども祭り
-----	----------	-------------------	--------

こうわ	890-2226	16(木) 10:00～11:30	★親子触れ合い遊び
-----	----------	-------------------	-----------

親和	254-3313	25(土) 10:00～11:30	★親子教室
----	----------	-------------------	-------

清美	281-0477	14(火) 10:30～11:30	園庭開放、園内見学
----	----------	-------------------	-----------

谷の百合	251-6351	9(木) 9:30～10:30	園庭開放、絵本、歌遊び、育児相談
------	----------	-----------------	------------------

比治山	261-3526	14(火) 10:30～12:00	★季節の歌、親子遊び、園庭開放
-----	----------	-------------------	-----------------

広島マリア	253-0337	8(水) 10:00から	★ママのためのヨガ
フレーザー	251-6865	15(水) 9:00～10:30	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	15(水) 10:00～11:30	園庭開放

みにみみょう	261-5330	(火)・(木) 10:00～12:00	絵本の読み聞かせ、手作り遊び、育児相談など
洋光	281-5900	11(土) 10:15から	親子体操