

くらしのガイド

南区版

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、資格確認書類（マイナ保険証など）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結核健診

※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
12/16(水)	9:00～11:00	区役所別館
12/23(水)	9:00～11:00	仁保公民館
12/25(金)	9:30～11:30	段原公民館

¥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
12/16(水)	9:00～11:00	区役所別館
12/23(水)	9:00～11:00	仁保公民館

¥1,100円

⑦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）、骨粗しょう症検診と結核健診が1日で受診できます。

☎①～⑥の対象参照。子宮頸がん検診は受診時20歳以上、乳がん検診は今年度末で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
12/4(金)	9:00～11:30	区役所別館

※託児あり（要予約）

¥400円～5,400円（検診の種類によって異なる）

☎①～⑤当日会場で。⑥⑦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

■精神保健福祉家族学習会

☎10月8日(木)13:30～15:30

場区役所別館

☎内統合失調症治療についての話【講師】こころホスピタル草津副院長・藤田康孝氏

☎☎電話（250-4133）で

■健康相談（予約制）
食事や運動習慣などを見直したい人は、医師、管理栄養士、保健師にご相談ください。

☎10月21日(水)9:30～10:30

場区役所別館

☎☎電話（250-4108）かファクスで

■エイズ相談・HIV検査（予約制）
エイズの相談やHIV検査を匿名で。

※肝炎・梅毒検査も同時に受診可

☎10月6日～27日の(火)、9:20～10:40

場区役所別館

☎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。

☎10月16日(金)13:30～15:00

場区役所別館

☎☎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

☎10月15日、11月5日の(木)、13:30～15:00

場区役所別館

☎☎各開催日前日の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
10/26(月)	9:30～11:00	南蟹屋集会所

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	時間	会場
10/21(水)	9:30～11:00	仁保公民館

※子宮がん・乳がん検診は予約制

☎☎電話で

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

☎10月14日(水)10:00～11:30

場区役所別館

☎内離乳食の進め方と調理実演

☎☎アプリ「母子モ」か電話で

■おっぱいバイバイ講座

☎乳幼児と保護者

☎10月19日(月)13:30～14:30

場区役所別館

☎内卒乳についての話【講師】助産師・高島麻季氏

☎☎区HPか電話で

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

☎10月8日(木)10:30～12:00（受け付けは11:30まで）

場区役所別館

☎内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)（12日は除く）、13日

■薩摩琵琶で楽しむ古典文学の世界パート10

☎10月24日(土)13:00～15:00

場区民文化センター

☎内薩摩琵琶の響きと語りで古典文学の世界を楽しむ

【講師】錦簗会会主・辻山錦簗氏

☎☎10月1日(木)9:00から、直接か電話、ファクスで。先着70人

家族介護教室

介護に関する知識や技術、介護者の健康管理を学びます。
☎高齢者を介護している家族や近隣の援助者

☎10月31日(土)13:30～15:00

場特別養護老人ホーム輝き

☎テーマ「身体もお腹も元気になる、時間栄養学」

【講師】管理栄養士・石原初美氏

☎☎電話かファクスで、特別養護老人ホーム輝き（☎285-6005、☎288-9181）へ。先着20人

☎地域支えあい課（☎250-4109、☎254-4030）

行政困りごと相談

役所の仕事や手続きに関する困りごと・要望に行政相談委員が対応します。

☎①10月10日(土)10:00～15:00、②10月25日(日)10:30～14:00

場①段原公民館、②区地域福祉センター

☎総務省中国四国管区行政評価局（☎228-6173、☎228-4955）

行政書士による
無料法律手続相談会

☎10月10日(土)10:00～18:00

場イオンモール広島府中（安芸郡府中町大須二丁目1-1）

☎内相続、後見人制度などの相談に対応

☎☎当日直接か、事前に電話、ファクスで（午後のみ予約可能）

☎行政書士会広島支部（☎836-7816、☎836-7817）

脳卒中市民シンポジウム

☎10月24日(土)14:30～16:30

場区民文化センター

☎内脳卒中と口内の健康

☎☎広島大学脳神経外科（☎257-5225、☎257-5229）

+ 400mL献血にご協力を +

日付	時間	会場
10/7(水)	13:00～16:00	出汐第二公園
10/10(土)	10:00～12:00 13:30～16:00	ゆめタウン広島

☎☎生活課（☎250-4103、☎254-9184）

ウォークラリー IN 元宇品

☎2～6人の家族かグループで、市内に在住の人（小学生以下は保護者同伴）

☎11月3日(祝)9:15～13:00（8:45から受け付け）

※雨天決行、荒天の場合は中止

場旧みなと公園（広島港松山行きフェリー乗り場前）

☎内元宇品の海岸線や山中を散策しながら、クイズやゲームに挑戦する（灯台見学、健康相談などあり）

¥小学生100円、中学生以上200円

☎☎はがきかファクスで、代表者の氏名（ふりがな）、住所、電話番号、参加者全員の氏名（ふりがな）、年齢（学校名と学年）を、10月15日(木)（必着）までに、区スポーツ推進委員協議会（〒734-0032 南区楠那町7-31 区スポーツセンター内）へ。抽選50組

☎☎☎251-7741 ☎(火)

BODYCOMBAT教室

☎10月4日～12月27日の(日)（10月18日、11月29日、12月13日は除く）、19:30から（全10回）

場区スポーツセンター

☎格闘技の動きを基本にした、有酸素フィットネス

【講師】フィットネスインストラクター・西本聖矢氏

¥月額2,500円 ☎室内シューズ

☎☎事前に直接か電話で。定員30人

☎☎☎251-7721、☎251-7701 ☎(火)

さざなみフェスティバル参加募集

☎区内を拠点に活動している団体・個人

☎来年2月6日(土)、7日(日)

場区民文化センター

☎内舞台発表、展示発表、体験コーナーなど。詳しくは募集要項で

☎☎所定の申込書で10月15日(木)17:00までに。募集要項・申込書は同センターか区内の公民館で

☎☎☎251-4120、☎256-8811

☎(月)（12日は除く）

保育園・幼稚園に遊びに来てください（10月分）

☎内保育園・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	20(火)	10:00～11:00 ★作って遊ぼう
大州	286-4554	16(金)	10:00～11:00 体を動かして遊ぼう
青崎	281-2493	30(金)	10:00～11:00 一緒に遊ぼう（砂遊び）
皆実	253-9415	14(水)	10:00～11:00 身体を動かして遊ぼう
大河	251-4894	20(火)	10:00～11:00 園庭開放
仁保新町	282-4778	15(木)	10:00～11:00 ★ゴーゴー保育園！一緒に遊ぼう

仁保	281-1539	(土) ※31は除く	10:00～11:00	サタデー広場
楠那	251-6843	17(土)	10:00～11:00	サタデー広場
宇品東	254-1600	15(木)	10:00～11:00	身体を動かして遊ぼう
元宇品	251-2709	10(土)	10:00～11:00	★サタデー広場
出島	254-6319	21(水)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう（絵本に親しもう）
似島	259-2131	10(土)	10:15～11:15	サタデー広場
うじな	251-4833	(木)	10:00～11:30	園庭開放

みにみょう 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

第二みにみょう 283-0900 (月)・(水) ※12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

日出みにみょう 569-4455 17(土) 10:00～12:00 段ボール箱やお菓子の空き箱で遊んでみましょう

段原みにみょう 568-8330 (火)・(木) 10:00～12:00 管理栄養士による栄養相談、園開放、育児相談、誕生会

広島和光園保育所 253-4056 24(土) 10:00～12:00 ★うえるかむでい

ナーガ 255-8222 24(土) 10:30から ★つぼみクラブ（親子体操）

第二ナーガ 250-8022 20(火) 10:00～11:00 ★あおぞら金管合奏団

にこにこ 254-6906 27(火) 10:00～11:00 ★水や土に触れて遊んだり、リズム遊びを楽しむ

りらくくす段原 225-7202 30(金) 10:00から ★ハロウィンパレード

みなみ愛児園 251-2508 22(木) 10:00から ★誕生日会（誕生日の子のみ参加可）

幼稚園名	電話	日時	内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせを	園庭開放
安芸	251-0451	22、29の(木)	10:00～11:30 ★園庭開放
あさひ	254-2153	24(土)	10:00～11:00 わらべ歌とお話会
大洲	281-0403	15(木)	10:00～11:30 園庭開放
こうわ	890-2226	22(木)	10:00～11:30 ★園庭開放
親和	254-3313	9(金)	10:00～11:30 ★親子教室（運動遊び）
清美	281-0477	20(火)	10:30～11:30 園庭開放、★親子触れ合い広場
谷の百合	251-6351	14(水)	9:30～10:30 園庭開放、絵本、歌遊び、育児相談
比治山	261-3526	20(火)	10:30～12:00 ★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	20(火)	10:00から ★わらべ歌
フレーザー	251-6865	7(水)	9:00～10:30 園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	7、21の(水)	10:00～11:30 園庭開放
みにみょう	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