

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、「保険証」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証を持参した人は無料です

■集団検診

①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。

☎②～⑨の対象者参照

期日	会場	時間
12/3(火)	区役所別館 託児あり (要予約)	9:00～11:30

¥400円～5,400円（検診の種類によって異なります）

②健康診査、③肺がん検診、④大腸がん検診、⑤骨粗しょう症検診、⑥結核健診

※⑥はポイント対象外

☎②～④今年度末で40歳以上（②国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、③④会社などで受診可能な人は除く）、⑤男性：受診時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、⑥今年度末で65歳以上

期日	会場	時間
12/23(月)	区役所別館	9:00～11:00
12/25(水)	仁保公民館	

※②⑥無料、③④各400円、⑤1,000円 ※大腸がん検診は、事前にがん検診受診券に同封のががきで採便容器の請求を

⑦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	会場	時間
12/23(月)	区役所別館	9:00～11:00
12/25(水)	仁保公民館	

¥1,100円

⑧子宮頸がん検診

⑨乳がん検診

☎⑧受診時20歳以上、⑨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	会場	時間
12/16(月)	区役所別館	9:30～11:00

☎②～⑥当日会場で。①、⑦～⑨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）へ。先着順 ※インターネットでも予約可

広島市 集団検診

検索

■健康相談（予約制）

血圧や血糖値が高め、食事や運動習慣を見直したいなど、医師、管理栄養士、保健師にご相談ください。

☎10月16日(火)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（予約制）

☎毎週(火)9:30～11:00

☎区役所別館

☎エイズに関する相談やHIV検査を匿名、無料で ※肝炎、梅毒検査を同時に受診可

☎電話（☎250-4108）かファクスで

■医師による心の健康相談

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

☎10月17日、11月7日(木)、13:30～15:00

☎区役所別館

☎専門医による相談。秘密厳守

☎前日までに、電話（☎250-4133）で

■認知症の人と家族の交流会

情報交換をしたり、悩みを語り合う場です。

☎10月18日(金)13:30～15:00

☎初めて参加する人は電話（☎250-4109）かファクスで

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

■被爆者健康診断

期日	会場	時間
10/4(金)	東雲会館 杵木会館	13:30～14:30 9:30～11:00
10/21(月)	南蟹屋集会所	9:30～11:30
10/27(日)	似島公民館	

※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	会場	時間
10/27(日)	似島公民館	9:00～10:30
10/29(火)	区役所別館	

■被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
10/30(水)	仁保公民館	9:30～11:00

※胃がん検診、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電話相談にも管理栄養士が対応。

☎生後4～6カ月児の保護者

☎10月23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

☎10月10日(木)10:30～12:00（受け付けは11:30まで） ☎区役所別館 ☎福祉サービス利用の相談や障害のある人などの相談に対応 ☎電話かファクスで

南区図書館

☎251-1080、☎252-4120

☎(休)(14日を除く)、15日(火)

■県立広島大学 連携公開講座

読み切り文学講座

☎高校生相当年齢以上

☎①10月25日、②11月1日(金)、10:00～11:30

☎①ウィリアム・フォークナー『熊』を読む

【講師】県立広島大学・栗原武士氏

②曹植とその身边的人々

【講師】県立広島大学・柳川順子氏

☎区民文化センター

☎10月1日(火)9:00から、窓口か電話、ファクスで。先着各40人

南区スポーツセンター

☎251-7721、☎251-7701

☎(休)(火)

■からだスッキリ体操

☎おおむね40歳以上

☎11月23日(火)9:30～11:00

☎体の機能向上が期待できる体操を体験 ¥600円

☎10月2日(火)9:00から、窓口か電話で。先着15人

東雲屋内プール

☎、☎286-6909

☎(休)(火)

■初心者ワンポイント指導（プール編）

☎プール利用者

☎10月20日、27日(日)、13:00～14:00

☎1人10分程度アドバイス

¥施設使用料のみ

☎10月2日(火)9:00から窓口か、10:00から電話で。先着各6人

南区民文化センター

☎251-4120、☎256-8811

☎(休)(月)(14日を除く)

■さざなみフェスティバル展示

作品舞台出演団体募集

☎区内を拠点に活動している団体・個人 ☎展示発表、舞台発表、体験コーナーなど

☎所定の応募用紙で、10月17日(木)までに、区民文化センターへ。応募用紙は同センター、区内の公民館で

精神保健福祉家族学習会

☎市内に在住の人

☎10月31日(木)13:30～15:30

☎講演「精神障害をもつ人のリカバリー」

【講師】こころホスピタル草津副院長・藤田康孝氏

☎区役所別館

☎電話で、地域支えあい課へ ☎☎250-4133、☎254-4030

話し相手ボランティア講座(全3回)

『きき上手になろう!』

傾聴的に関わることを学びます。

	日時	時間	内容
①	11/14(木)	13:30～15:30	「傾聴」の基本
②	11/28(木)		「コミュニケーション」の基本
③	12/5(木)	15:30～	話し相手ボランティアについて知ろう

☎区役所別館

【講師】①②認定社会福祉士・長里早苗氏、③話し相手ボランティアグループ「うさぎの会」 ☎電話かファクスで、11月7日(木)までに、区社会福祉協議会へ。先着20人 ☎☎251-0525、☎256-0990

+ 400mL献血にご協力を +

日時	会場	時間
10/4(金)	出汐第二公園	13:00～16:00
10/5(土)	ゆめタウン広島	10:00～12:00 13:30～16:00
10/18(金)	大州学区集会所	9:30～12:30 13:45～16:00
☎国生活課（☎250-4103、☎254-9184）		

第13回 ウォークラリー IN 元宇品

☎市内に在住の人（2～6人の家族かグループ）

☎11月4日(火)9:15～13:00（8:45から受け付け）

※雨天決行、荒天の場合は中止

☎旧みなと公園（松山行きフェリー乗り場前）

☎クイズやゲームに挑戦しながら、元宇品の海岸線や山中を散策

¥小学生100円、中学生以上200円

☎はがきかファクスで、代表者の氏名とふりがな、住所、電話番号、参加者全員の氏名とふりがな、年齢（学校名と学年）を10月17日(木)（必着）までに、南区スポーツ推進委員協議会（〒734-0032 南区楠那町7-31 南区スポーツセンター内）へ。抽選50組 ☎☎251-7721、☎251-7701 ☎(休)(火)

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

※感染症のまん延などにより開催を延期か中止する場合あり

	日時	会場	申し込み先
①	10/9(水) 13:30～15:00	社会福祉法人 光清学園	居宅介護支援事業所光清苑 （☎252-0588） 先着30人
②	10/15(火) 10:00～12:00	特別養護老人 ホームでじま・ くにくさ	特別養護老人ホームでじま・くにくさ （☎256-9293） 先着20人
③	10/19(土) 10:00～11:30	広島和光園	広島和光園居宅介護支援事業所 （☎255-0072） 先着20人
④	10/19(土) 13:30～15:00	特別養護老人 ホーム 輝き	特別養護老人ホーム 輝き （☎285-6005） 先着15人

☎①頑張らない介護方法について、②ゆうくんの笑いヨガ、③介護士リアル体験会、④高齢者のためのフレイル予防講座
【講師】①理学療法士・酒入由香氏、②生活相談員・岡崎悠希氏、③介護支援専門員・荒井直之氏、④管理栄養士・田代シマ氏
☎地域支えあい課（☎250-4109、☎254-4030）

保育園・幼稚園に遊びに来てください

☎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

保育園名	電話番号	日時	内容
荒神	262-6983	10/16(水)	10:00～11:00 体を動かして遊ぼう
大州	286-4554	10/23(水)	10:00～11:00 ★運動遊び
青崎	281-2493	10/30(水)	10:00～11:00 ★一緒に遊ぼう（秋の自然）
皆実	253-9415	10/17(木)	10:00～11:00 ★体を動かして遊ぼう
大河	251-4894	10/5(土)	10:00～11:00 ★サタデー広場
仁保新町	282-4778	10/5(土)	10:00～11:00 ★サタデー広場
仁保	281-1539	10/12(土)	10:00～11:00 ★サタデー広場
楠那	251-6843	10/12(土)	10:00～11:00 ★サタデー広場
宇品東	254-1600	(月)～(金)	10:00～11:00 育児相談
元宇品	251-2709	10/12(土)	10:00～11:00 ★サタデー広場
出島	254-6319	10/22(火)	10:00～11:00 ★園庭開放
似島	259-2131	10/10(木)	10:15～11:15 ★園庭開放
うじな	251-4833	10/29(火)	10:00～11:00 ★体操教室（先着5組）
みみょう	282-6366	(金)	10:00～12:00 園開放、誕生会、育児相談
第二みみょうこども園	283-0900	(月)・(水)	10:00～12:00 管理栄養士による栄養相談、健康相談・身体測定、園開放、保育講座などのイベント参加
日出みみょう	569-4455	10/26(土)	10:00～12:00 ★段ボール箱やお菓子の空き箱などで遊ぼう
段原みみょう	568-8330	(火)・(木)	10:00～12:00 園開放・育児相談

認定こども園 広島和光園保育所 253-4056 10/26(土) 10:00～12:00 ★うえるかむでい

ナーガ 255-8222 10/26(土) 10:30～11:15 ★つぼみクラブ（親子体操）※車での来園不可

第二ナーガこども園 250-8022 10/15(火) 10:00～11:00 ★青空金管合奏団 ※車での来園不可

アイグラン保育園仁保 258-1220 10/19(土) 10:00～11:00 ★栄養士による離乳食試食会（0・1歳児親子対象）

幼稚園名	電話番号	日時	内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせください	園庭解放
安芸	251-0451	10/24(木)	10:00～11:30 ★園庭開放
あさひ	254-2153	10/26(土)	10:00～10:30 10:30～11:00 わらべ歌とお話し会
大洲	281-0403	10/10(木)	10:00～11:30 園庭開放、室内遊び
こうわ	890-2226	10/31(木)	10:00～11:30 ★園庭開放（詳細はHPを）
清美	281-0477	10/15(火)	10:30～11:30 園庭開放、親子ふれあい広場（詳細はHPを）
谷の百合	251-6351	10/16(水)	9:30～10:30 園庭開放、歌遊び、育児相談
比治山	261-3526	10/15(火)	10:30～12:00 ★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	10/25(金)	ホームページでご確認ください。 ★親子体操
フレーザー	251-6865	10/17(木)、 25(金)	9:00～10:30 園庭解放、子育て相談
本浦	281-1983	10/2、 16(水)	10:00～11:30 読み聞かせ、製作、戸外遊び ※雨天時砂場遊び
みみょう	261-5330	(火)・(木)	10:00～12:00 園内開放、絵本の読み聞かせ、手作り遊び、育児相談ほか