

くらしのガイド

南区版

区役所各課への問い合わせなどは1月6日(月)からお願いします。

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。

※②～⑤、⑦～⑨の対象参照

| 期日      | 会場    | 時間         |
|---------|-------|------------|
| 3/23(日) | 区役所別館 | 9:00～11:30 |

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や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、⑥今年度末で65歳以上

| 期日      | 会場    | 時間         |
|---------|-------|------------|
| 3/3(月)  | 楠那公民館 | 9:00～11:00 |
| 3/7(金)  | 区役所別館 |            |
| 3/24(月) | 宇品公民館 | 9:30～11:30 |

※①②⑥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         |
|--------|-------|------------|
| 3/3(月) | 楠那公民館 | 9:00～11:00 |
| 3/7(金) | 区役所別館 |            |

※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         |
|---------|-------|------------|
| 3/12(水) | 区役所別館 | 9:30～11:00 |

※⑧1,000円、⑨1,500円

※②～⑥当日会場で。①、⑦～⑨は1月6日(月)から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

■栄養相談(予約制)

肥満が気になる人や、赤ちゃんの離乳食など、管理栄養士が

個別で相談に対応。

※1月15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(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検査を匿名で

※肝炎、梅毒検査を同時に受診可

※電話(☎250-4108)かファクスで

■認知症の人と家族の交流会

※1月17日(金)13:30～15:00

※区役所別館

※情報交換や、悩みを語り合う

※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

※ゆううつ、不眠、お酒、摂食などで悩んでいる人や周りの人

※1月16日、2月6日の(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

※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

1/10(金) 段原公民館 9:30～11:30

1/29(水) 宇品集会所

2/3(月) 宇品集会所

※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

1/29(水) 段原公民館 9:00～10:30

2/3(月) 宇品集会所

※胃がん検診は予約制

※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

※1月22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

※タッチケア

※こどもと保護者の触れ合いを

※通してコミュニケーションを楽しむ。

※市内に在住の生後3～6カ月の乳児と保護者

※1月15日(水)10:00～11:00

※区役所別館

※話と実技

【講師】比治山大学短期大学部教授・七木田方美氏

※電話かアプリ「母子モ」で

※おっぱいバイバイ講座

※母乳をやめる時期などの疑問

※に助産師が対応。

※乳幼児とその保護者

※2月3日(月)13:30～14:30

※区役所別館

※卒乳についての話

※電話か区ホームページで

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

※1月9日(水)10:30～12:00(受け付けは11:30まで)

※南区民文化センター

☎251-4120、☎256-8811

※舞台技術ワークショップ音響実践編

※1月12日(日)、13日(祝)、9:00～21:00

※¥3,500円(見学は各500円)

※所定の申込書で。申込書は同センターHPで

※南区図書館

☎251-1080、☎252-4120

※(休)月(13日は除く)、1日(祝)～4日(土)、14日(火)、31日(金)

※楽しく学ぼう おこづかい教室

※小学生(3年生以下は保護者同伴、4年生以上は保護者1人のみ入室可)

※1月26日(日)10:00～12:00

※お金の使い方やおこづかい帳の書き方について学ぶ

※区民文化センター

※1月5日(日)9:00から窓口か電話、ファクスで。先着30人

※郷土史関連講座 「島だった比治山・黄金山の今昔」

※2月2日(日)10:30～12:00

※比治山・黄金山について学ぶ

【講師】郷土資料館主任学芸員・玉置和弘氏

※区民文化センター

※1月5日(日)9:00から、窓口か電話、ファクスで。先着40人

※南区スポーツセンター

☎251-7721、☎251-7701

※(休)火、1日(祝)～3日(金)

※チャレンジ! バドミントン

※中学生以上

※2月27日(水)19:00～21:00

※初心者とはラケットの持ち方から、経験者はステップアップを目指す

【講師】広島ガスバドミントン部

※¥1,000円

※1月4日(土)9:00から、窓口か電話で。先着12人

※東雲屋内プール

☎、☎286-6909

※(休)火、1日(祝)～3日(金)

※初めてお手軽ヨガ!

※中学生以上

※1月9日～30日の(木)、18:30～19:30

※各日600円

※前回開催日(1月9日分は1月4日(土))の9:00から窓口、10:00から電話で。先着各日12人

※出島屋内プール

☎254-2891、☎254-2892

※(休)火、1日(祝)～3日(金)

※水泳は苦手! でも泳ぎたい

※水泳が苦手な小学生

※1月18日(土)10:30～12:00

※¥700円

※1月4日(土)9:00から窓口、9:30から電話で。先着12人

南区クロスワード答え:

|            |             |          |
|------------|-------------|----------|
| タテのカギ      | ヨコのカギ       |          |
| 1. マンガ     | 4. ミモザ      | 11. クスノキ |
| 2. サンダーズ   | 6. スチーム     |          |
| 3. カッパ     | 7. ウジナ      |          |
| 4. ミナト     | 8. マントン     |          |
| 5. パウムクーヘン | 9. ピースメッセージ |          |
| 6. スカイウォーク | 10. オウゴン    |          |

子育て支援ボランティア養成講座

※区内の常設オープンスペース「キッズひろば みなみ」でこどもを見守るボランティアを募集しています。

※区近辺に在住で、子育て支援ボランティア活動ができる人

※1月27日(月)10:00～12:00

※講演「地域における子育て支援の必要性」、ボランティア活動に関する説明・登録

【講師】広島都市学園大学准教授・加藤弘美氏

※電話か区ホームページで

※園地域支えあい課(☎250-4133、☎254-4030)

南区さざなみフェスティバル

※区内で活動する文化サークルの皆さんが日頃の成果を発表します!

※2月8日(土)、9日(日)を中心に開催(※展示発表は1月4日(土)から)

| 舞台発表                   | 体験コーナー                      | こども劇場               |
|------------------------|-----------------------------|---------------------|
| 音楽、舞踊、ダンスなどのサークル発表会    | 来場者が手芸サークルなどの活動を体験          | 人形劇によるこども劇          |
| おはなし会                  | 展示発表                        | 区民文化センター            |
| 2月8日(土)11:00から絵本の読み聞かせ | 1月4日(土)～3月2日(日)絵手紙、書などの作品展示 | ☎251-4120、☎256-8811 |

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 | 1/15(水) 10:00～11:00 | ★お正月遊びを楽しもう     |
| 大州   | 286-4554 | 1/17(金) 10:00～11:00 | 園開放             |
| 青崎   | 281-2493 | 1/30(木) 10:00～11:00 | 一緒に遊ぼう(絵本など)    |
| 皆実   | 253-9415 | 1/15(水) 10:00～11:00 | ★保育園で遊ぼう        |
| 大河   | 251-4894 | 1/21(火) 10:00～11:00 | ★園庭開放           |
| 仁保新町 | 282-4778 | 1/15(水) 10:00～11:00 | ★ゴーゴー保育園!一緒に遊ぼう |
| 仁保   | 281-1539 | 1/10(金) 10:00～11:00 | ★お正月遊びを楽しもう     |
| 楠那   | 251-6843 | 1/11(土) 10:00～11:00 | ★サタデー広場         |
| 宇品東  | 254-1600 | 1/15(水) 10:00～11:00 | リズム遊びを楽しもう      |
| 出島   | 254-6319 | 1/10(金) 10:00～11:00 | ★お正月遊びをしよう      |
| 似島   | 259-2131 | 1/17(金) 10:15～11:15 | ★園庭開放           |
| うじな  | 251-4833 | (木) 10:00～11:30     | ★園庭開放           |
| みみょう | 282-6366 | (金) 10:00～12:00     | 園開放、誕生会、保育講座    |

※第二みみょうこども園

※日しみみょう

※段原みみょう

※ナーガ

※第二ナーガこども園

※アイグラン保育園仁保

※レガロ・バンビーニ

※幼稚園名

※青葉

※安芸あさひ

※大洲

※こうわ

※親和

※清美

※谷の百合

※比治山

※広島マリア

※フレージャー

※本浦

※みみょう

※洋光