

くらしのガイド

東区版

健康

地域支えあい課

☎568-7729、568-7731、568-7735、📠568-7790

下記の健（検）診を受診する人へ
🏠元気じゃ健診は国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など。各種がん検診は会社などで受診できない人
💰各種がん検診では、生活保護世帯・市民税非課税世帯・70歳以上のいずれかであることを証明するものを持参した人は無料
🏠受診の際は、市役所から送付する「受診券」が必要。元気じゃ健診を受診する人は、マイナ保険証、資格確認書のいずれか
📄🏠のついた検診は、集団検診予約専用ダイヤル（📞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

- ①元気じゃ健診（特定健康診査、後期高齢者の健康診査など）
- 🗨️②肺がん・大腸がん検診
- ③結核健診
- 🏠①②今年度末で40歳以上、③65歳以上

期日	会場	時間
5/8(金)	中山集会所	9:00～11:00
5/20(水)	温品集会所	
5/25(月)	福田公民館	
5/29(金)	牛田公民館	9:30～11:30
6/1(月)	戸坂川根集会所	
6/3(水)	東浄集会所	

- 💰②各400円
- 📄当日会場で。大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を。お急ぎの場合、電話（568-7729）で
- 胃がん検診（バリウム）
- 🏠年度末で40歳以上
- 📅7月22日(水)9:30～11:00
- 🏠神田山荘
- 💰1,100円
- 📄📄

- ①子宮頸がん検診、②乳がん検診
- 🏠①受診時に20歳以上の女性
- ②年度末に40歳以上の女性。いずれも受診は2年に1回
- 📅7月27日(月)9:30～11:00
- 🏠中山福祉センター
- 💰①1,000円、②1,500円

- 📄📄
- ミニ人間ドック
- 元気じゃ健診とがん健診（①胃がん、②肺がん、③大腸がん、④子宮頸がん、⑤乳がん）が、同時に受診できます）
- 🏠①～③今年度末で40歳以上、④受診時に20歳以上の女性、⑤今年度末で40歳以上の女性
- 📅7月7日(火)9:00～11:30
- 🏠マリモホールディングス東区民文化センター
- 💰①1,100円、②③400円、④1,000円、⑤1,500円
- 📄📄大腸がん検診は事前に専用はがきで検便容器の請求を。

- お急ぎの場合、電話（568-7729）で
- 元気じゃけん食堂
- 📅5月14日、28日の(木)、12:00～13:00
- 🏠区役所
- 🏠食堂で、健康定食「元気じゃけん定食」（560円）を提供。食券は当日11:30から発売
- 栄養相談日
- 📅6月18日(木)9:00～11:00（1人30分程度）
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠管理栄養士による世代に応じた食生活の個別相談
- 📄電話（568-7729）で
- 専門医による心の健康相談
- 📅5月14日、28日の(木)、13:30～15:00
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠不眠や認知症、ひきこもり、アルコール問題など。秘密厳守
- 📄電話（568-7735）で
- 若年性認知症のひと家族のための交流会「まるとと」
- 📅5月23日(土)14:00～16:00
- 🏠介護老人福祉施設サンヒルズ広島
- 🏠65歳未満で認知症と言われた人や物忘れが気になるひと家族が相談できる場
- 💰100円

- 東区ケアメンの会-男性介護者のつどい
- 🏠男性介護者
- 📅5月21日(木)10:00～12:00
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠介護について話し、交流できる場
- 認知症など在宅介護者の会（ほほえみの会）のつどい
- 🏠認知症高齢者の家族など
- 📅5月7日、6月4日の(木)、10:00～12:00
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠認知症の人などの介護についてさまざまな思いを話し、交流できる場

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、📠504-2257

期日	会場	時間
5/8(金)	中山集会所	9:30～11:00
5/20(水)	温品集会所	
5/25(月)	福田公民館	
5/29(金)	牛田公民館	
6/1(月)	戸坂川根集会所	
6/3(水)	東浄集会所	

- ※肺がん検診を同時に受診可
- 被爆者胃がん・肺がん検診
- 📅5月20日(水)9:00～11:00
- 🏠温品集会所
- 被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
5/15(金)	温品集会所	9:30～11:00
6/3(水)	福田公民館	

- 📄電話で
- 子育て
- 地域支えあい課
- ☎568-7729、568-7735、📠568-7790
- 離乳食教室（スタート編）
- 🏠4～6カ月児の保護者

- 📅6月9日(火)10:00～11:30
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠5カ月頃の離乳食の進め方（話と調理実演）
- 🏠ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」か電話（568-7729）で。先着15組
- 離乳食教室（お誕生日編）
- 🏠9～12カ月児の保護者
- 📅6月2日(火)10:00～11:30
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠離乳食完了に向けてのポイント（話とレシピ紹介）
- 🏠ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」か電話（568-7729）で。先着20組
- 食育講座
- 📅6月26日(金)10:00～11:30
- 🏠区総合福祉センター
- 🏠調理実演による大人のレシピと「とりわけ離乳食」の紹介と試食
- 💰200円程度
- 🏠ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」か電話（568-7729）で。先着12人
- 東区子育て交流広場“ぽっぽひがし”
- 親子で気軽に集い、一緒に遊べる広場です。個別相談もできます。
- 🏠おおむね3歳未満児と保護者
- 📅(月)～(金)、10:00～15:00（(休)、(祝)、第2(金)は除く）

日時	内 容
5/13(水) 10:00～12:00	看護師による相談
5/20(水) 10:30～11:30	助産師による卒乳教室
5/22(金) 10:30から	親子遊び
5/28(木) 10:30～11:30	歯科衛生士によるミニ講座
6/3(水) 10:30～12:00	栄養士による相談

- 🏠区総合福祉センター
- 催しもの
- マリモホールディングス東区民文化センター
- ☎264-5551、📠264-5774（(休)(月)(4日)は除く）

日時	タイトル	内 容
5/16(土) 14:00～15:00	さつきコンサート（CG.Boys）	二人組アコギ弾き語り
5/30(土) 15:00～16:00	End of May Concert（カルテットde 美和）	歌謡曲、ポップスなどを中心に演奏



- マリモホールディングス東区図書館
- ☎262-5522、📠264-2610（(休)(月)(4日)は除く）、7日、29日

- ストーリーテリングのおはなし会
- 🏠幼児～小学生と保護者
- 📅5月16日(土)11:00から
- 🏠語り手が話を覚えて語る（絵本の読み聞かせはありません）
- おはなし会
- 🏠幼児～小学生と保護者
- 📅5月23日(土)11:00から
- 🏠絵本の読み聞かせ、手遊びなど

- おひざにだっこのおはなし会
- 🏠乳幼児と保護者
- 📅5月13日、27日の(水)、11:00から
- 🏠絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌など
- 展示「本はともだち！」
- 📅5月10日(日)まで
- 🏠「子ども読書まつり」のテーマに関する本を展示
- 展示「祭りだ！わっしょい」
- 📅5月12日(火)～5月28日(木)まで
- 🏠各地の祭りや行事に関する本を展示
- 地域起こし推進課
- ☎568-7704、📠262-6986
- さつまいもの植付＆じゃがいもの食農体験
- 📅6月6日(土)10:00～12:00

- いきいき健康フェスティバル
- 📅5月9日(土)9:30～15:00 ※雨天時は5月10日(日)に順延
- 🏠新牛田公園多目的広場
- 🏠●ノルディック・ウォーク（要申込） ●公園遊び ●パークスポーツ ●健康チェックコーナー
- 📄電話、ファクスで、5月7日(木)までに
- 🏠岡同公園管理センター（☎、📠224-2543）

- こども英会話教室
- 🏠小学生
- 📅7月～9月の(月)、17:00から。10回開催
- ※5、6月も開催中。途中入会可。詳しくはHPで
- 🏠温品福祉センター
- 🏠外国人講師による、英語が初めてのこども向け教室
- 💰6,500円／月
- 📄電話か直接で。先着8人
- 📄☎、📠289-2635

- 保育園が子育てを応援します（5・6月分）
- 幼稚園・保育園・こども園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての保育園で実施

園名	電話番号	日時	内容／対象
(市立)あけぼの	261-3869	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/6(土) 10:00～11:00	サタデー広場
		6/17(水) 園庭開放	
東浄	229-5032	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/13、20の(土) 10:00～11:00	サタデー広場
中山	289-0902	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/6(土) 10:00～11:00	サタデー広場
温品	289-7477	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/13(土) 10:00～11:00	サタデー広場
福木	899-2039	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		5/23、6/20の(土) 10:00～11:00	サタデー広場
		6/12(金) 6/16(火) 10:00～11:00	わらべ歌で遊ぼう 人形劇鑑賞会
戸坂	229-0090	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/12(金) 10:00～11:00	園庭で遊ぼう
		5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
わかくさ	261-0929	5/23、6/27の(土) 10:00～11:00	サタデー広場
		6/10(水)、16(火) 10:00～11:00	一緒に遊ぼう（要予約／0歳児2組）
(私立)牛田新町光明	222-3911	5/14(木) 10:00～11:00	砂場で遊ぼう
		6/10(水) 10:00～11:00	サーキット遊びをしよう
		6/24(水) 10:00～11:00	七夕飾りを作ろう（要予約、定員あり）
桜が丘愛育園	229-1939	5/9(土) 10:00～11:00	こいのぼりの下で遊ぼう
		5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/3(水) 10:00～11:00	歯を大切に！歯を磨こうの会
サンヒルズ	289-7688	5/14(木) 9:30～11:00	全園一斉園庭開放
		6/13(土) 10:00～11:00	子育て広場
清水谷	289-0625	5/14(木) 10:00～11:00	全園一斉園庭開放
		6/9(火) 10:00～11:00	リトミックで楽しく体を動かそう
中山いづみこども園	289-8800	5/14(木) 10:00～11:00	園庭で遊ぼう
		6/11(木) 10:00～11:00	室内遊びをしよう
広島光明学園	228-5595	5/12(火) 10:30～11:30	フィンガーアートに挑戦
		5/25、6/22の(月) 6/30(火) 10:30～11:30	絵本読み聞かせ 七夕制作
		5/14(木) 10:00～11:00	全園一斉園庭開放（要予約）
広島修道院	261-1519	6/9(火) 9:45から 10:00～11:00	保育園の友達と遊ぼう（要予約）
		6/18(木) 10:00～11:00	ペーパーシアター「たね工房」を楽しもう（要予約）
		6/3(水) 10:00～11:00	親子制作（HPより要予約）
二葉学園	262-0027	6/24(水) 10:00から	見学会（HPより要予約）

※6月1日号には、区内の幼稚園の6月分と7月分の記事を掲載します

- 🏠馬木八幡神社駐車場
- 💰500円（未就学児300円）
- 📄市HPで、5月15日（金）までに。抽選80人（結果はメールで連絡）
- ひろしんビッグウェーブ
- ☎222-1860、📠222-1861（(休)(火)（5日）は除く）

- チャレンジ水球！
- 🏠100m以上泳げる小学生以上
- 📅6月28日(日)13:30～15:00
- 🏠パスやシュートなどの体験
- 💰700円
- 📄5月15日(金)9:00から直接か、10:00から電話で。先着20人

