

# くらしのガイド 中区版

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、催しなどが中止になる場合があります。開催状況は各主催者にお問い合わせください。また各施設の休日は通常の休館日を記載しています。緊急事態宣言などに伴う臨時休館などについては、市HP(4ページ左上二次元コード)が各施設にお問い合わせください。

## 健康

### 地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

#### 8月の集団検診

①健康診査、②肺・大腸がん、③結核健康診断

④40歳以上の国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、⑤年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)、⑥年度末で65歳以上の人

期日	会場	時間
8/4(水)	江波集会所	9:00~11:00
8/24(火)		

⑦①③無料、②各400円

#### ④胃がん(X線検査)

④年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)

期日	会場	時間
8/4(水)	江波集会所	9:00~11:00
8/24(火)		

⑤④1,100円

#### ⑤子宮頸がん、⑥乳がん

⑤⑤受診時に20歳以上の女性、⑥年度末で40歳以上の人(いずれも会社で受けられる人は除く)

期日	会場	時間
8/17(火)	江波集会所	9:30~11:00

⑦⑤1,000円、⑥1,500円

⑧④~⑥は先着順で要予約。予約は6月2日(水)から集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日9:00~16:30)か市HPで

#### 上記検診・検診を受診する人へ

⑨がん検診は、生活保護世帯・市民税非課税世帯(世帯全員分)、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  
⑩「受診券」、健康診査を受診する人は保険証

#### 栄養相談日

⑪7月13日(火)13:30~15:00(30分ごとの予約制)

⑫中保健センター

⑬管理栄養士による食生活の個別相談

⑭直接か電話で同課へ

#### 健康相談日

⑮医師、管理栄養士、保健師が個別に健康相談に応じます。

⑯6月24日(火)9:30~11:30(30分ごとの予約制)

⑰中保健センター

⑱電話で同課へ

#### 歯科相談日

⑲20歳以上

⑳6月9日(水)13:30~15:30(10分から15分ごとの予約制)

㉑歯科医師による歯科検診、個別相談・歯科衛生士による歯み

がき指導

⑳中保健センター

㉒電話で同課へ。先着10人

#### エイズの検査・相談

㉓(月)の18:00~19:40、(水)の9:00~11:00

㉔匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度でわかります

㉕中保健センター

㉖電話で同課へ

#### 専門医による心の健康相談

㉗気分落ち込み、不眠などの心の不調、人とうまく付き合えない、物忘れなどで悩んでいる人やその周りの人の相談に応じます。

㉘6月10日(木)、24日(木)の13:30~15:00

㉙中保健センター

㉚電話で同課地域支援第一係(☎504-2109)へ

### 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
6/16(水)	舟入公民館	9:30~11:30
7/9(金)	江波東集会所(町民会館)	

㉛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	会場	時間
6/16(水)	舟入公民館	9:30~11:00

㉜電話で同課へ

## 催し

### 中央公民館

☎221-5943、☎221-5118 (休火)

㉝オンラインキッチン! ワールドクッキング! 「自宅で本場南インドのカレーを作ってみよう!」

㉞6月27日(日)10:00~12:00

㉟自宅など。web会議システムZoomを使用します。パソコンなどのZoomが利用できる端末とインターネット接続環境が必要です

㊱南インドの生活や食文化の話聞き、インドのカレーを自宅で作る

㊲【講師】スパイスソムリエ・ラダ氏

㊳メール(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)か電話で。先着20人

### 竹屋公民館

☎241-8003 (休火)

㊴子どもお茶教室

㊵茶道を通じて日本文化に触れてみましょう。

㊶小・中学生(保護者同伴の幼児も可)

㊷6月20日(日)14:00~15:00

㊸1人100円(茶菓子代)

㊹前日までに直接か電話で。先着10人

### 吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127 (休火)

㊺Yoshijima Wild Life講座 「はじめてのボルダリング」

㊻20歳以上

㊼6月26日(土)10:00~12:00

㊽pb climbing MARINAHOP(西区観音新町4-14-35 マリーナホップ内)

㊾ボルダリングの体験会

㊿【講師】pb climbing代表・笹木靖志氏

¥1,500円

㊿汚れてもよい服装、着替え、靴下(薄手)、タオル、飲み物

㊿6月24日(木)17:00までに直接か電話で同館へ。先着15人

### 舟入公民館

☎295-5003 (休火)

㊿60歳代で学んでおきたいお金の話-人生100年時代のライフイベントとマネープラン-

㊿おおむね60歳前後の人

㊿6月26日(土)、7月3日(土)10:00~11:30。全2回

㊿前日までに直接か電話で。先着20人

### 中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447 (休月)

㊿おはなしのじかん ストーリーテリングを楽しもう

㊿幼児から大人まで

㊿6月27日(日)①14:00~14:20、②14:30~15:00

㊿ストーリーテリング(昔話の語り)、わらべうた

㊿【講師】ちいさな豆の木

㊿各回当日会場で。先着6組

### コジマホールディングス 中区スポーツセンター

☎241-9355、☎241-9379 (休水)

㊿リズムdeトレーニングト(スポーツパフォーマンス向上トレーニング)

㊿小・中学生

㊿6月11日(金)17:15~18:45

㊿リズムに合わせたトレーニングなどを体験し、さまざまなスポーツでの競技力の向上を目指す

¥500円

㊿直接か電話で。先着24人

### 吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231 (休水)

㊿ホットヨガ

㊿18歳以上

㊿6月7日~21日の(月)、10:00~11:00

㊿室温30度以上のプールサイドでヨガの基本を行う(水着不要)

¥各日600円

㊿直接か電話で。先着各日12人

## 子育て

### 離乳食教室(スタート編)

㊿生後4~6カ月の乳児の保護者

㊿6月18日(金)10:00~11:00

㊿中保健センター

㊿離乳食の進め方など

㊿電話で地域支えあい課(☎504-2528)へ。先着10人程度

### 離乳食教室(お誕生日ごろ編)

㊿生後9~12カ月の乳児の保護者

㊿6月25日(金)10:00~11:00

㊿中保健センター

㊿お誕生日ごろの離乳食の進め方など

㊿電話で地域支えあい課(☎504-2528)へ。先着8人程度

㊿※教室のほか、離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が応じます

### 6月の乳幼児の健康相談室

㊿身長・体重測定や育児相談

㊿母子健康手帳。身長・体重測定

を希望する人はフェイスタオル  
㊿電話で地域支えあい課(☎504-2109)へ

期日	会場	時間
7/2(金)	竹屋公民館	9:30~11:00
7/6(火)	中保健センター	13:30~15:00
7/7(水)	吉島公民館	9:30~11:00
7/8(木)	江波児童館	
7/12(月)	舟入公民館	
7/14(水)	白島老人集会所	
7/21(水)	本川児童館	

## 保育園・幼稚園の子育て支援事業

保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。電話での育児相談も受けます。お気軽にお越しください。

㊿各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



	園名	電話番号	日時(6月)	内容など
保育園	基町	221-5303	15日(火) 10:00~11:00	おはなしを楽しもう※(5組)
	竹屋	241-1860	26日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	吉島	243-0022	26日(土) 10:00~11:00	パパもなかよし!サタデー広場※(5組)
	本川	292-4470	10日(木) 10:00~11:00	いっしょに遊ぼう※(5組)
	神崎	231-7831	12日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	舟入	232-3698	16日(水) 10:00~11:00	一緒にあそぼう※(5組)
	江波	231-7934	5日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	江波第二	292-8166	24日(木) 10:00~11:00	ふれあい遊び※(5組)
	ゆりかご	241-6989	毎週(水) 10:00~12:00	園庭開放※
	報恩	231-5439	12日(土) 10:00~11:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	広島YMCA	227-2884	19日(土) 10:00~15:00	育児面接相談(育児全般について)※
	ルーテル	241-2479	16日(水) 10:00~11:00	一緒にお話ししましょう・身体測定※(5組)
	真和	231-9718	15日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう
	千田	243-2766	29日(火) 10:20~10:50	七夕飾りをつくろう※(5組)
	ともえ	228-6088	12日(土) 10:00~11:00	園庭であそぼう ※(5組)
	かおる	291-0321	17日(木) 10:00~11:00	園庭開放
リトルメイト	244-2525	17日(木) 10:00~11:00	室内遊び(お部屋で遊ぼう)※(5組)	
りらくす十日市	961-4570	18日(金) 10:00~11:00	絵本の読み聞かせとその楽しみ方※(5組)	
りらくす竹屋	207-1821	3日(木) 10:00~11:00	歯を知ろう※(5組)	
りらくす	208-5600	18日(金) 10:00~11:00	おはなし大好き(絵本講座)※(5組)	
クローバー	240-0788	17日(木) 10:00~11:00	おはなし会(絵本の読み聞かせ)※(5組)	
ちやいるどふれんどりい	541-2162	25日(金) 10:00~11:00	わかばパパ・ママ応援事業※(2組)	
こども園	順正寺	241-7062	毎週(水)(17日以外) 10:00~11:00	園庭開放(雨天中止)※(5組)
	流川	221-5493	9日(水) 10:00~11:00	わらべうたベビーマッサージ※(5組)
幼稚園	慈光	241-8059	25日(金) 9:30~10:30	英語のレッスン(予約制)アルファベットで遊ぼう♪ABC
	安田	221-2763	16日(水) 15:00~16:00	園庭開放※
	広島三育学院	241-3010	14日(月) 10:00~11:00	園庭開放(雨天中止)
	吉島	244-2225	10日(木) 10:00~11:00	園庭開放(雨天中止)
	たちばな	243-5174	5日(土) 10:00~11:00	園庭で遊びをしよう※
	広島中央	246-4094	17日(木) 10:00~11:30	園庭開放、自由参観
	聖母	221-3207	随時	電話による育児相談

## 子育てオープンスペース

0歳から未就園までの子どもたち、お父さん・お母さんのための子育て交流広場です。



会場・問い合わせ	オープンスペースの名称	日時
中央公民館	ちゅうこう	6/18(金)
園同公民館(☎221-5943、☎221-5118)	先着12組	10:00~12:00
袋町児童館	エンジェルズポーチ Angel's Pouch	6/4(金)、18(金)
園同児童館(☎244-4029)	問い合わせ時間13:00~18:00	10:30~12:00
竹屋公民館	子育て「ぱんぱん」	6/11(金)
園同公民館(☎241-8003)		10:00~12:00
舟入公民館	ぱっかぱっか舟入	6/7(月)、21(月)、28(月)、7/5(月)の10:00、10:50からの2部制
㊿前日までに直接か電話(☎295-5003)で。先着各7組		
地域交流センター「バルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば		6/18(金)
園舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405)	問い合わせ時間(火・金)10:00~12:00	10:00~11:30
吉島公民館	オープンスペースしゅーぽっぽ	6/14(月)
園同公民館(☎246-4121、☎246-4127)	当日先着15組	10:00~11:30
吉島福祉センター	オープンスペース吉島東	6/17(木)
園吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127)	当日先着20組	10:00~12:00
千田児童館	オープンスペース千田	6/18(金)
園同児童館(☎244-8030)	問い合わせ時間13:00~18:00	10:00~11:30
本川児童館	オープンスペースぽっぽ	6/16(水)
園同児童館(☎293-1373)	問い合わせ時間13:00~18:00	9:30~11:30

※開催については、各問い合わせ先に確認してください