

# くらしの西区版 ガイド



区役所での申し込み受け付けは、1月6日(月)から行います。

## 健康

### 保健福祉課 ☎294-6384 ☎233-9633

■精神科医師による心の健康相談

☎1月9日(木)、23日(木)の午後1時半～3時

☎区地域福祉センター

☎不眠や対人関係、もの忘れ等

☎電話で同課へ。先着各日3人

### 健康長寿課 ☎294-6235 ☎233-9621

■エイズ相談・抗体検査

☎毎週火曜日午前9時～11時

☎区地域福祉センター

☎エイズに関する個別相談、抗体検査(必要な人のみ)

☎電話で同課へ。先着5人

※肝炎・梅毒検査も同時に実施可。詳細は電話で同課へ

■認知症の人と家族の会

☎1月8日(水)午後1時～3時

☎区地域福祉センター

☎認知症に関する座談会

☎電話で同課へ。先着25人

※初参加の人、大歓迎です

■健康づくり講座

☎1月23日(木)午後1時半～3時半

☎区地域福祉センター

☎正月太り解消! 食生活を見直しましょう

☎電話で同課へ

■家族介護教室

☎寝たきりや認知症の高齢者を介護している家族やその支援者

☎1月30日(木)午後2時～4時

☎区地域福祉センター

☎「うちは健康のバロメータ」

☎くすの木苑(☎291-2734、☎291-2798)へ

■栄養相談

☎20歳以上の人

☎1月10日(金)午前9時半～11時半

☎区地域福祉センター

☎管理栄養士による、個別栄養相談 ※希望者には、ご家庭のみそ汁を持参で塩分濃度測定も実施

☎電話で同課へ。先着4人

■健康相談

☎1月24日(金)午前9時半～11時

☎区地域福祉センター

☎医師、管理栄養士、保健師が健診の受け方や健診結果の見方、栄養・食生活などの生活習慣改善に関する相談などにお答えします

☎電話で同課へ。先着6人

■①元気じゃ健診(特定健康診査、後期高齢者の健康診査等)

☎①、②肺がん・大腸がん検診 ☎③結核健康診断

☎①②年度末で40歳以上の人、③65歳以上の人。いずれも会社などで受診可能な人を除く

会場	実施日時
己斐公民館	2/3(月) 9:30～11:30
庚午集会所	2/14(金) 13:00～15:00

☎①③無料、②各400円

☎当日会場。大腸がん検診は、受診券同封の請求はがきで事

☎前に検便容器の請求を。お急ぎの場合は電話で同課へ

■胃がん検診

☎年度末で40歳以上の人

会場	実施日時
区地域福祉センター	2/12(水) 9:00～11:00

☎1,100円

☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258、平日の午前9時～午後4時半)へ

■①子宮頸がん、②乳がん検診

☎①受診時に20歳以上、②年度末で40歳以上の女性 ※いずれも受診は2年に1回

会場	実施日時
鈴が峰公民館	2/6(木) 9:30～11:00

☎①1,000円、②1,500円

☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258、平日の午前9時～午後4時半)へ

☎のついた健診などを受診する人へ

☎受診券、健康診査を受診する人は健康保険証

☎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か、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料

※年度末で50歳以上の方は、医療機関や市健康づくりセンターでは、胃内視鏡検査が選択可。詳細は電話で同課へ

### 原爆被害対策部援護課 ☎504-2195 ☎504-2257

■被爆者健康診断

会場	実施日時
中広・天満会館	1/21(火) 9:30～11:30
己斐公民館	2/3(月) 9:30～11:30 13:00～15:00
三滝本町集会所	2/5(水) 9:30～11:30
庚午集会所	2/14(金) 9:30～11:30 13:00～15:00

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者がん検診 胃がん・肺がん

会場	実施日時
中広・天満会館	1/21(火) 9:00～10:30 (胃がん) 9:00～11:30 (肺がん)

■被爆者がん検診 子宮がん・乳がん

会場	実施日時
鈴が峰公民館	2/6(木) 9:30～11:00

☎☎胃がん・子宮がん・乳がん検診は予約制

☎電話で同課へ

## 子育て

### 健康長寿課 ☎294-6235 ☎233-9621

■離乳食教室 ①スタート編、②お誕生日頃編

☎①4～6カ月児、②9～12カ月児の保護者

☎1月①23日(木)、②17日(金)の午

☎前10時～11時半

☎区地域福祉センター

☎①離乳初期を中心とした離乳食の進め方(お話・調理実演・相談)、②離乳後期を中心とした離乳食の進め方(お話・メニューの展示・相談)

☎電話で同課へ。先着各回25人

### 保健福祉課 ☎294-6384 ☎233-9633

■親子あそび教室

☎①1歳児、②2～3歳児の親子

☎1月27日(月)の午前①10時、②10時40分から

☎区地域福祉センター

☎保育士と一緒に年齢や発達段階に合わせた遊びを楽しむ

☎電話で区地域子育て支援センターへ。先着各回15組

☎同センター(☎503-6288、☎233-9633)

## 催し

### 西区社会福祉協議会 ☎294-0104 ☎291-7096

■ひとり親家庭のつどい「スケート教室」

☎区内在住でひとり親家庭の子どもと保護者

☎2月2日(日)午前9時半～午後1時

☎ひろしんビッグウェーブ(東区牛田新町一丁目8-3)

☎大人800円・高校生相当年齢以下500円(弁当付き)

☎手袋、タオル、飲み物、必要な人は着替え

☎1月17日(金)までに電話で同会へ。抽選40人

### 西区民文化センター ☎234-1960 ☎293-1860 休月曜日(13日を除く)、1月1日(祝)～3日(金)

■映像表現促進事業「シネマアンソロジーひろしまVol.6」

☎2月1日(土)午後4時(午後3時半開場)

☎広島で活動か縁のある映像作家たちの自主制作映画上映。制作の裏話が聞けるアフタートークも ☎1,000円

■「ピアノお試し演奏会」参加者募集中

☎1月15日(水)～17日(金)、19日(日)、21日(火)～23日(木)、28日(火)～30日(木)

☎同センターの本格的なホールで、フルコンサートグランドピアノを演奏してみませんか

☎1人2,000円(1時間あたり)

☎参加費と申込書を直接同センターへ。申込書は同センター、区役所、区内公民館などで。予約状況は同センターHPにて

### 西区図書館 ☎234-1970 ☎295-9287 休月曜日(13日を除く)、1月1日(祝)～4日(土)、14日(火)、31日(金)

■えほんくらぶ

☎乳幼児と保護者

☎1月10日(金)午前11時から

☎絵本の読み聞かせ等

■おはなしキャンドル

☎幼児以上

☎1月11日(土)午前11時から

☎昔話やわらべうた等

■おはなし会

☎幼児・小学生

☎1月25日(土)午前11時から

☎絵本の読み聞かせ等

■テーマ別図書の展示

テーマ	期間
体のしくみ(幼児・児童)	1/5(日)～30(木)
人体の不思議(一般)	

### 西区スポーツセンター ☎272-8211 ☎272-8242 休水曜日、1月1日(祝)～3日(金)

■幼児サッカー

☎来年度小学生になる幼児

☎2月16日(日)午前10時～11時

☎入学前にサッカーの基本を楽しく練習してみませんか

☎500円

☎1月16日(日)午前9時から、電話か直接同センターへ。先着40人

## 育児講座「イヤイヤ期を乗り切る」

☎区内在住で子育て中の人

☎1月15日(水)午前10時～11時半 ☎区地域福祉センター

☎比治山大学短期大学部幼児教育科准教授・七木田方美氏による「イヤイヤ期について」

☎電話で区地域子育て支援センター(☎503-6288)へ。先着50人(託児(6カ月児以上)は先着20人)

☎保健福祉課(☎294-6384、☎233-9633)

## イズミメイプルレッズを応援しよう!

己斐地区に選手宿舎があるなど、西区と関係の深い女子ハンドボールチーム「イズミメイプルレッズ」のホーム戦に行こう。

日時	対戦相手	会場
1/11(土) 14:00	大阪ラヴィッツ	
1/18(土) 15:00	プレスステージ・インターナショナル アランマーレ	マエダハウジング東区スポーツセンター
1/19(日) 15:00	オムロン	
2/8(土) 15:00	飛騨高山ブラックブルズ 岐阜	中区スポーツセンター
2/11(祝) 14:00	H C名古屋	

☎一般1,000(当日1,500)円、高校生相当年齢400(当日700)円、中学生以下無料

☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)

## <参加者募集> 西消防団 新春たこあげ大会

防火や防災に関する絵や標語の入ったたこを作って参加しよう!

☎1月26日(日)午前9時～11時

☎三滝町太田川放水水路左岸河川敷(三滝橋上流)

※荒天時は三篠小学校体育館(三篠町一丁目9-25)

☎防火や防災に関する絵や標語の入った自作のたこで参加した人には参加賞(粗品・うどん無料券)を進呈します。その他催し物が多数あります

※荒天時は内容を一部変更

☎西消防団事務局(☎232-0381、☎232-3293)



## いっしょに遊ぼうよ 常設オープンスペース にしくニコニコひろば

☎乳幼児と保護者、妊婦

☎1月～金曜日(祝日、1月1日(祝)～3日(金)を除く)の午前10時～午後3時

☎区地域福祉センター4階



イベント名	日時(1月)	内容
親子の栄養相談 ☎当日会場。先着6組	9日(木) 10:30～12:00	栄養士による離乳食や子どもの食事に関する相談
まちの保健室	15日(水) 13:00～15:00	看護師による子育て、生活習慣病、介護などの相談
ワンポイント子育て講座	23日(木) 10:30～11:00	保育士による「おむつからパンツへ」
子どもの生活習慣向上教室	30日(木) 11:00～11:30	子どもの健康サポーターによる「早寝早起きしよう」

☎区地域子育て支援センター(☎503-6288、☎233-9633)

## 子育て応援ボランティア募集中

にしくニコニコひろばでは、受け付けや見守りをしてくださるボランティアを随時募集しています。講座や交流会も行っています。資格や年齢などは問いません。☎区地域子育て支援センター(☎503-6288、☎233-9633)



## 保育園・幼稚園が子育てを応援します!

未就園児を対象とした育児相談や園庭開放を行っています。詳しくは区HPの「健康・子育て」をご覧ください。携帯電話は右の二次元コードからもご利用いただけます。☎区地域子育て支援センター(☎503-6288、☎233-9633)



## お詫びと訂正

「西区民だより12月1日号」7頁「くらしのガイド」の「高齢社会における我が町の地域包括ケアシステム」および「小児在宅医療講演会」において、一部誤りがありました。正しくは「医療法人社団パリアン理事長・川越厚(こう)氏」および「土島(どばた)智幸氏」です。お詫びして訂正いたします。