

# くらしの西区版ガイド



## 催しなどの中止に関するお知らせ

新型コロナウイルス感染症の患者が市内でも発生していることから、今後、本紙掲載の催しなどが中止となる可能性があります。詳しい開催状況は、各催しなどの主催者にお問い合わせください。

なお、咳や発熱など体調不良の人、過去2週間以内に発熱や感冒症状で受診や服薬などをした人、過去2週間以内に感染が拡大している地域や国への訪問歴がある人は参加しないでください。持病のある人や高齢者、妊婦の方などは、参加を控えてください。

## 健康

### 地域支えあい課

(地域支援第一係)  
☎294-6384 ㊟294-6311

### 精神科医師による心の健康相談

㊟5月14日(木)、28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、もの忘れなど

㊟電話で同課へ。先着各日3人

## 催し

### 西区図書館

☎234-1970 ㊟295-9287

### おはなし会

㊟幼児・小学生

㊟5月23日(土)午前11時から

㊟絵本の読み聞かせなど

### テーマ別図書の展示

テーマ	期間
スポーツだいすき(がんばれ！オリンピック・パラリンピック)(幼児・児童)	5/31(日)まで
環境について考える(一般)	

### 西区スポーツセンター

☎272-8211 ㊟272-8242

### 運動ギライの人のためのストレッチ&ピラティス

㊟18歳以上

㊟6月4、11、18、25日の木曜日、

午後1時～2時

㊟運動が苦手な人でも気軽に参加できます

㊟各日600円

㊟5月15日(金)午前9時から電話

か直接同センターへ。先着各日12

人

### メタボ&ロコモ予防「水中運動」

㊟40歳以上

㊟6月5日(金)、19日(金)

の午前10時半～正午

㊟プールで水中歩行や水中運動

を行います

㊟各日600円

㊟5月15日(金)午前9時から電話

で直接同センターへ。先着各日16

人

### スポーツキッズ トランポリン

㊟小学生

㊟6月6日(土)午前9時半～11時

㊟トランポリンを使って体のい

ろいろな動かし方を身に付けよ

う！

㊟600円

㊟5月15日(金)午前9時から電話

か直接同センターへ。先着30人

### 水に慣れよう

夏までに「めざせ！5m」

㊟水が苦手な小学生

㊟6月13、20、27日、7月4日の土

曜日、午前9時半～11時

㊟水慣れから始めてクロール5

mを目指します

㊟各日700円

㊟5月15日(金)午前9時から電

話

☎話か直接同センターへ。先着各日24人 ※1人1回のみ

### 親子ふれあいキャッチボール教室

㊟年長幼児～小学生と保護者

㊟6月20日(土)午前9時半～11時半

㊟親子でキャッチボールの基礎

を習得しよう！

㊟600円

㊟5月15日(金)午前9時から電話

か直接同センターへ。先着40組

## お知らせ

### 狂犬病予防集合注射中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、開催を中止します。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

狂犬病予防注射は、動物病院で受けることができます。注射料金

や診察時間は、各動物病院にお問い合わせください。

㊟動物管理センター(☎243-6058、㊟243-6276)

### 集団検診中止のお知らせ

市が実施する以下の集団検診は、新型コロナウイルス感染症の

感染拡大防止のため、当面の間、中止します。

大変ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。

なお、再開時期については、ひろしま市民と市政や市HPなどで

お知らせします。

中止する検診は次のとおりです。

- 被爆者健康診断
- 被爆者がん検診
- 健康診査
- がん検診(胃がん、子宮頸がん、乳がん、肺がん、大腸がん)

㊟●被爆者健康診断・がん検診に関すること

原爆被害対策部援護課(☎504-2195、㊟504-2257)

○被爆者以外の健康診断・検診に関すること

☎

☎集団検診予約ダイヤル

(☎504-2298、㊟504-2258、平日

午前9時～午後4時半)へ

道路の穴ぼこ、街路灯の球切れ、道路上の動物の死骸など、道路に関するご相談は

**道の相談室へ ☎0800-2000-494**

㊟月～金曜日の午前8時半～午後5時15分(祝・休日、年末年始は除く)

※受付時間外で緊急の場合は、維持管理課へご連絡ください

㊟同課(☎532-0947、㊟532-0958)

## お知らせ みんなで防ごうイノシシの被害

㊟地域起こし推進課(☎532-1023、㊟232-9783)

毎年、イノシシの出没情報が多数寄せられています。住宅地に出没するもとなる「餌やり」や「生ごみなどの屋外放置」はやめましょう。

餌を与えることは、生息数の増加や人なれの原因になります。被害を防ぐために、みんなで協力しましょう。

また、イノシシと出会った場合に、慌てて逃げるとイノシシを刺激してしまいます。背中を見せずに落ち着いてその場を離れましょう。



## 子育て応援ボランティア募集中

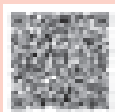
にしくニコニコひろばでは、受け付けや見守りをしてくださるボランティアさんを随時募集しています。講座や交流会も行っています。資格や年齢などは問いません。

㊟区地域子育て支援センター(☎503-6288、㊟294-6311)

## 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、㊟294-6311)



## いっしょに遊ぼう 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  
㊟区地域福祉センター4階



イベント名	日時(5月)	内容
まちの保健室	20日(水) 13:00～15:00	看護師による病気、生活習慣病、介護などの相談
子どもの生活習慣向上教室	21日(木) 11:00～11:30	子どもの健康サポーターによる「はみがき」のお話
ワンポイント子育て講座	28日(木) 10:30～11:00	子育て支援相談員による実技テーマ「親子でリズム遊びを楽しもう」

㊟区地域子育て支援センター(☎503-6288、㊟294-6311)

# 今、新型コロナウイルスの感染を広げないためにできること

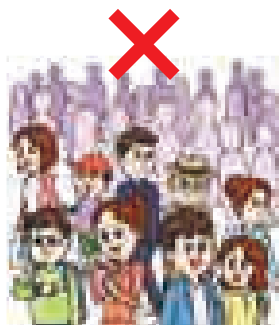
新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、こまめな「手洗い」や他人に感染させないための「咳エチケット」。そして密閉空間、密集場所、密接場面の「3つの密」を避けることです。㊟健康推進課(☎504-2622、㊟504-2258)

## 3つの密を避ける

### ①換気の悪い密閉空間



### ②多数が集まる密集場所



### ③間近で会話や発声をする密接場面



## 正しい手洗い

手洗いの前に、爪は短く切っておきましょう。時計や指輪は外しておきましょう。石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパーでよく拭き取って乾かします。

- 流水でよく手をぬらし、石けんをつけ、手のひらをよくこする
- 手の甲をのぼすようにこする
- 指先・爪の間を念入りにこする
- 指の間を洗う
- 親指と手のひらをねじり洗います
- 手首も忘れずに洗う

発熱が続くときなど、不安な場合は、コールセンター(24時間受け付け)(☎241-4566)にご相談ください。この情報は、4月17日(金)現在のものです。新型コロナウイルスに関する最新情報は、市HPをご覧ください。