

くらしのガイド 東区版

集団健(検)診再開のお知らせ

市が実施する以下の集団健(検)診を、感染防止対策を講じた上で再開しました。

- 元気じゃ健診(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)
- 結核健康診断
- 骨粗しょう症検診
- ミニ人間ドック

日程などはお手元の受診券などでご確認ください。
※新型コロナウイルスの発生状況などにより、急きよ中止となる場合があります

健康

地域支えあい課

●①健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査[※])、②肺がん・大腸がん検診、③結核健康診断

※③はポイントの対象外です
④いずれも会社などで検診を受けられる人を除く、①②年度末で40歳以上、③65歳以上。①は国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者[※]

期日	会場	時間
7/20(月)	戸坂福祉センター	9:00~11:00
7/21(火)	温品集会所	
7/29(水)	温品福祉センター	9:30~11:30
7/31(金)	神田山荘	9:00~11:00

●①③無料、②各400円
④当日会場。大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を

上記の検診を受診する人へ

- 受診の際は、市役所から通知する「受診券」を持ってきてください。特定健康診査を受診する人は、健康保険証も必要です
- 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(健康保険証[※])を持ってきた人は無料です
- 右の二次元コードからネット予約も可能です

●元気じゃけん食堂での健康相談&測定会

自身や家族の健康に関する相談に医師や管理栄養士、保健師が個別に応じます。体重・体脂肪・血圧測定もできます。

④7月9日(休)正午~午後1時。食堂では、健康定食「元気じゃけん定食」(480円)を提供。食券は午前11時半から販売

④区役所5階研修室

●エイズ(HIV抗原・抗体)検査

無料・匿名でエイズ(HIV抗原・抗体)の検査、相談を行います。

④毎週月曜日午前9時~11時
※祝・休日を除く
④区総合福祉センター
④電話で同課(☎568-7729)へ

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感染拡大防止を図るため、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。

●栄養相談日

管理栄養士による、1人当たり約30分の個別栄養相談です。

④7月14日(火)午前9時半~11時
④区総合福祉センター
④前日までに電話で同課(☎568-7729)へ

●専門医による心の健康相談

夜眠れないなどの症状のある人、認知症や引きこもり、アルコール問題などに悩んでいる人や周りの人の相談に専門医が応じます。秘密は厳守します。

④7月9日(休)午後1時半~3時
④区総合福祉センター
④電話で同課(☎568-7735)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
7/20(月)	戸坂福祉センター	
7/21(火)	温品集会所	9:30~11:30
7/29(水)	温品福祉センター	
7/31(金)	神田山荘	9:00~11:30
8/5(水)	戸坂川根集会所	9:30~11:30

※肺がん検診も同時に受診可

●被爆者胃がん・肺がん検診

期日	会場	時間
7/21(火)	温品集会所	胃がん 9:00~10:30
7/31(金)	神田山荘	肺がん 9:00~11:30

④胃がん検診は事前に電話で同課へ

子育て

地域支えあい課

●離乳食教室

④4~7カ月児の保護者
④7月17日(金)午前10時~11時半
④区総合福祉センター
④5カ月頃の離乳食の進め方(お話と調理実演)
④電話で同課(☎568-7729)へ。先着10人

催しもの

東区図書館

☎262-5522 ☎264-2610
休月曜日、28日(火)、31日(金)

●展示「ちょっと前の課題図書を集めてみました」
④7月1日(水)~7月30日(休)

マエダハウジング 東区スポーツセンター

☎222-1860 ☎222-1861
休火曜日

●①シニアのためのストレッチ・ヨガ教室、②女性のためのコア・ヨガ教室

④①おおむね60歳以上、②18歳以上の女性
④7月13日、27日、8月31日、9月14日、28日の月曜日、①午前9時15分~10時15分、②午前10時半~11時半 各600円
④午前9時から窓口で、午前

追加募集！ まちづくり活動への補助金交付

自分たちのまちを盛り上げたいと、新たな魅力づくりに取り組む人たちがいます。区は、そのような活動に補助金を交付して支援しています。一緒に地域を盛り上げる活動を行ってみませんか。

④地域起こし推進課(☎568-7704、☎262-6986)

【補助対象[※]】3人以上で構成される団体が、区が設定した以下のテーマに沿って、主体的で継続的に行う活動

- もてなしのまちづくり
- 地域資源を生かしたにぎわいづくり
- みんなで支えあう地域づくり

【補助内容】

補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
初年度	3分の2以内	100万円
2年目	2分の1以内	70万円
3年目	3分の1以内	35万円

④7月20日(月)までに同課へ ※応募の手引き、申請書類は区役所や区内公民館で。市HPでも入手可

<事例紹介> パラの育成を通じた地域交流の促進

つつじが丘団地(上温品二丁目)にあるバラ園には、約600株のバラが植栽され、誰でも自由に入園し、鑑賞することができます。



バラ園の様子

地域の有志が結成した「つつじが丘バラ育成クラブ」は、補助金を活用して、園内のバラの手入れや講習会、交流サロン運営などを行っており、地域住民が気軽に集まって交流できる場となっています。



つつじが丘バラ育成クラブの皆さん

また、バラが特にきれいに咲く春秋の時期に、町内会・老人会などの協力を得ながら、「バラ祭り」の開催を計画するなど、みんなでバラを楽しみながら、地域を元気にする活動を目指しています。

④10時から電話で同センターへ。先着順

東区民文化センター

☎264-5551 ☎264-5774
休月曜日

●シターで奏でる美しき日本の四季
④8月13日(休)午後3時から、7時から
④シター(弦楽器)と朗読のコンサート

④一般1,500(当日2,000)円、高校生以下500円

お知らせ

生活課

☎568-7725 ☎264-5271

●献血にご協力を
④7月12日(日)午前9時~正午、午後1時15分~3時15分
④早稲田公民館

★お家で簡単トレーニング

体の大半を占める大きな筋肉を動かそう！

①背筋を伸ばして椅子に座ります。腕をしっかり振りながら1分間足踏みをします。【足踏み】



②足を抱え込み、グッと胸へ引き寄せます。片方10秒ずつ行います。【膝抱え】



③つま先上げを10回、踵上げを10回行います。【つま先上げ踵上げ】

④マエダハウジング東区スポーツセンター(☎222-1860、☎222-1861)

募集 国勢調査員を募集します

区政調整課では、調査員として調査に従事できる20歳以上の人を広く募集しています。退職後や子育て後の時間を社会貢献に役立ててみませんか。

【募集人数】若干名
【身分】総務大臣に任命される非常勤の国家公務員
【任期(活動時期)】8月下旬~10月下旬
【報酬】3万8000円程度(1調査区(55世帯)担当の場合。受け持ちの担当地域(世帯数)により変動します)
④区政調整課(☎568-7703、☎262-6986)
④7月15日(水)までに同課へ。後日、面接を行います



国勢調査 イメージキャラクター「センサスくん」

保育園が子育てを応援します(7・8月分)

保育園に通っていない乳幼児とその保護者が対象です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、子育て支援事業の内容を変更、または中止にする可能性があります。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しています。

園名	電話番号	日時	内容
(市立)あけぼの	261-3869	7/4(土)	10:00~11:00 サタデー広場、園庭開放 ④未就園児親子6組
東浄	229-5032	7/11(土)	10:00~11:00 サタデー広場
中山	289-0902	7/1(水) 8/4(火)	10:00~11:00 ふれあい遊び(要予約) 夏のあそび(要予約)
温品	289-7477	7/3(金) 7/11(土) 8/25(水)	10:00~11:00 七夕飾りを作しましょう サタデー広場 夏の遊びを楽しみましょう
福木	899-2039	7/18(土) 8/25(火)	10:00~11:00 サタデー広場 夏のあそび
戸坂	229-0090	7/18(土) 7/21(火)	10:00~11:00 サタデー広場(要予約) 夏のあそびを楽しもう(要予約)
わかくさ(私立)	261-0929	7/22(水)	10:00~11:00 夏のあそびを楽しもう(要予約)
牛田新町光明	222-3911	7/1(水) 7/29(水) 8/26(水)	10:00~11:00 アート展の作品をつくらう(要予約) プールであそぼう(要予約) 水あそびをしよう(要予約)
桜が丘愛育園	229-1939		行事予定はありません
サンヒルズ	289-7688	7/18(土) 8/19(水) 8/22(土) 8/28(金)	10:00~11:00 子育て広場・ルーキーパパママ ルーキーパパママ 子育て広場 絵本の読み聞かせ
清水谷	289-0625	7/7(火) 8/18(火)	10:00~10:45 七夕会に参加しよう 色水遊びを楽しもう
中山いづみこども園	289-8800	7/2(木) 8/7(金)	10:00~11:00 七夕会 夏のあそびを楽しもう
広島光明学園	228-5595	7/7(火) 8/4(火)	10:30~11:30 夏野菜の観察をしよう
広島修道院保育園	261-1519	7/7(火) 8/11(火)	10:00~11:00 七夕会に参加しよう 絵の具あそびをしよう
二葉学園	262-0027		行事予定はありません

※8月1日号には、区内の幼稚園の8月分と9月分の記事を掲載します