

# くらしの西区版 ガイド



## 健康

### 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
己斐公民館	7/20(月) 9:30~11:30 13:00~15:00
庚午集会所	8/4(火)

※肺がん検診を同時に受診可

#### 被爆者がん検診

子宮がん・乳がん検診	
会場	実施日時
草津集会所	7/21(火) 9:30~11:00

子宮がん・乳がん検診は予約制。電話で同課へ

## 生活課

☎294-6109 ㊟294-6311

#### 献血にご協力を

会場	実施日時
己斐上公民館	7/11(土) 13:30~16:00

### 地域支えあい課

☎294-6384, 294-6235 ㊟294-6311, 233-9621

#### 精神科医師による心の健康相談

㊟7月9日(休)午後1時半~3時  
 ㊟区地域福祉センター4階  
 ㊟不眠や対人関係、物忘れなど  
 ㊟前日までに電話で同課(☎294-6384)へ。先着3人

#### 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

#### ④骨粗しょう症検診

㊟①②年度末で40歳以上の人、③65歳以上の人、④受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢の男性、20歳以上で5歳刻みの年齢の女性。いずれも会社などで受診可能な人を除く

会場	実施日時
庚午北集会所	7/6(月) 9:30~11:30
観音新町会館	7/7(火) 9:00~11:00
楠木会館	9:30~11:30
己斐公民館	7/20(月) 9:30~11:30 13:00~15:00

㊟①③無料、②各400円、④1,000円

㊟当日会場。大腸がん検診は、事前に検便容器を受診券同封のはがきで請求。お急ぎの場合は電話で同課(☎294-6235)へ

#### 胃がん検診

㊟年度末で40歳以上の人

会場	実施日時
草津集会所	9/1(火)
庚午北集会所	9/7(月)
古田公民館	9:00~11:00
山田地区集会所	9/15(火)
鈴が峰会館	9/23(水)

㊟1,100円

㊟電話かファクスで集団検診予約ダイヤル(☎504-2298, ㊟504-2257)へ

㊟2258 午前9時~午後4時半)へ

#### 注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(☎294-6235)へ

#### 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2階

㊟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(☎294-6235)へ。先着5人

※肝炎・梅毒検査も同時に実施可

#### 栄養相談日

㊟区内在住で20歳以上の人

㊟7月14日(火)午前9時半~11時半  
㊟区地域福祉センター2階

㊟管理栄養士による食生活の個別相談

※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(☎294-6235)へ。先着4人

#### 健康づくり講座

㊟7月30日(休)午後1時半~3時半  
㊟区地域福祉センター3階

㊟膝が痛くなりにくい歩き方講座

㊟電話で同課(☎294-6235)へ。先着20人

## 子育て

### 地域支えあい課

☎294-6384, 294-6235 ㊟294-6311, 233-9621

#### 健康相談室

㊟乳幼児とその保護者

㊟7月7日(火)午前9時半~11時  
㊟区地域福祉センター2階

㊟保健師、管理栄養士による乳幼児の身体測定や育児相談

㊟前日までに電話で同課(☎294-6384)へ。先着15組

#### 離乳食教室 スタート編

㊟4~6カ月児の保護者(子連れも可)

㊟7月30日(休)の①午前10時~11時、②午後1時半~2時半

㊟区地域福祉センター2階

㊟離乳初期を中心とした離乳食の進め方(お話・調理実演)

㊟電話で同課(☎294-6235)へ。先着各回10人

#### 離乳食教室 お誕生日頃編

㊟9~12カ月児の保護者(子連れも可)

㊟7月10日(金)午前10時~11時  
㊟区地域福祉センター3階

㊟離乳後期を中心とした離乳食の進め方(お話)

㊟電話で同課(☎294-6235)へ。先着20人

## 催し

### コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ㊟295-9287  
休月曜日、28日(火)、31日(金)

#### えほんくらぶ

㊟乳幼児と保護者

㊟7月10日(金)午前11時から

㊟絵本の読み聞かせ

#### おはなしキャンドル

㊟幼児以上

㊟7月11日(土)午前11時から

㊟昔話やわらべうた

#### おはなし会

㊟幼児、小学生

㊟7月25日(土)午前11時から

㊟絵本の読み聞かせ

#### えほんをつくろう!

㊟小学生(1~3年生は保護者同伴)で全2回に参加できる人

㊟8月12日(水)、19日(水)の午前10時~正午。全2回

㊟区民文化センター

㊟絵本の作り方を学び、実際に制作

㊟7月1日(水)午前9時から電話か直接同館へ。先着15人

#### みんなで工作

㊟小学生(保護者同伴も可)

㊟7月25日(土)午前10時~正午

㊟区民文化センター

㊟木の枝や木の実を使った人形作り

㊟7月1日(水)午前9時から電話かファクス、直接同館へ。先着50人

#### テーマ別図書の展示

テーマ	期間
世界の国からこんにちは(幼児・児童向け)	7/30(木)まで
スポーツだいすき(一般向け)	

### 西区スポーツセンター

☎272-8211 ㊟272-8242  
休水曜日

#### 運動がライの人のためのピラティス&ストレッチ

㊟18歳以上

㊟8月6日(木)午後1時~2時

㊟運動が苦手な人でも気軽に参加できます。楽しく体を動かして運動嫌いを克服しよう!

㊟600円

㊟7月16日(木)午前9時から電話か直接同センターへ。先着12人

### コジマホールディングス 西区民文化センター

☎234-1960 ㊟293-1860  
休月曜日

#### 「こども工作教室」参加者募集

㊟小学生

㊟8月2日(日)の①午前10時~正午、②午後1時半~3時半

㊟デコレーションパーツを使って自分だけのポケットティッシュケースを作ります

㊟500円

㊟所定の申込用紙に材料費を添えて7月12日(日)午前10時から直接同センターへ。申込書は同センター、区役所、区内公民館などで

先着各回16人

## 地域の皆さんが行うまちづくり活動に補助金を交付します!

### 区の魅力と活力向上推進事業補助金

【補助対象】3人以上で構成する団体が継続的に取り組む活動

補助年度	補助率	補助限度額
初年度	補助対象経費の3分の2	100万円

【応募方法】所定の申込書を、7月20日(月)までに、地域起こし推進課(☎532-0927, ㊟232-9783)へ。詳しくは同課で配布している応募の手引きをご覧ください

広島市避難誘導アプリ

## 避難所へGo! を活用しましょう

市では住民や観光客に適切な避難行動をとってもらうためのスマートフォン用防災アプリ「避難所へGO!」を運用しています。避難勧告などの発令時、開設中の最寄りの避難所へのルート案内を行います。平常時は天気予報や市からのお知らせを確認したり、防災ハンドブックを見たりすることができます。

アプリのダウンロード方法など、詳しくは市HPをご覧ください。右の二次元コードからもご利用できます。



㊟地域起こし推進課(☎532-1023, ㊟232-9783)

## “社会を明るくする運動”

-犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ-

犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、力を合わせ犯罪や非行のない安全で安心な明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

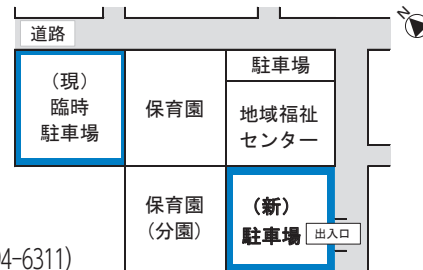
西区では、標語パネルの掲示やアドバールン掲揚などによる広報活動、作文・標語コンテストなどを実施します。

㊟広島市・西区更生保護サポートセンター(☎208-1217, ㊟208-1218)

## お知らせ

### 地域福祉センターの南側に 駐車場を整備しています

新しい駐車場は7月に完成予定となります。駐車場の完成に伴い、臨時駐車場は利用できなくなりますのでご注意ください。



㊟生活課(☎294-6109, ㊟294-6311)

## 西区役所4階元気じゃけん食堂 健康相談会&測定会

㊟7月17日(金)午前11時半~午後1時半

㊟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。体脂肪、血圧も測定できます。食堂では健康定食「元気じゃけん定食」(480円、50食限定)を提供します。

※健康パネル展「コロナと熱中症に打ち勝とう!」も併せて開催  
㊟地域支えあい課(☎294-6235, ㊟233-9621)

## いっしょに遊ぼうよ 常設オープンスペース にしニコニコひろば



㊟乳幼児と保護者、妊婦

㊟月~金曜日(祝日を除く)の①午前10時~11時、

②午前11時15分~12時15分、③午後1時15分~2時15分

㊟区地域福祉センター4階

㊟予約制。電話で同センターへ。先着各回10組

イベントについては、新型コロナウイルス感染対策のため、実施内容や会場を変更する場合があります。

参加希望の方は、HPをご覧ください。同センターまでお問い合わせ下さい。

イベント名	日時(7月)	内容
マタニティデイ	2日(火) 13:15~14:15	助産師によるお話「お産に向けてのからだづくり」
親子の栄養相談	9日(水) 10:00~11:00	管理栄養士による離乳食や子どもの食事に関する相談
ワンポイント子育て講座	16日(水) 10:30~11:00	保健師によるお話「こどもの水分補給と熱中症予防」

㊟区地域子育て支援センター(☎503-6288, ㊟294-6113)

## 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できます。



㊟区地域子育て支援センター(☎503-6288, ㊟294-6113)