

# くらしのガイド 中区版

区役所各課へのお問い合わせ・申し込みは8月3日(月)からお願いします

## 健康

### 地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

### 10月の集団検診

※④はポイント対象外

①健康診査、②肺・大腸がん、③胃がん(X線検査)、④結核健康診断  
①40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<sup>※</sup>、②③年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)、④年度末で65歳以上の人

期日	会場	時間
10/14(水)	吉島福祉センター	9:00~11:00

①④無料、②400円、③1,100円  
③は先着順で要予約。予約は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。市HPからも予約可

### 上記の検診を受診する人へ

①「受診券」、健康診査を受診する人は保険証  
②がん検診は、生活保護世帯・市市民税非課税世帯(世帯全員分)、70歳以上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

### 健康相談日

医師、管理栄養士、保健師が個別に健康相談に応じます。  
8月27日(水)午前9時半~11時半(30分ごとの予約制)  
中保健センター  
☎電話で同課へ

### 専門医による心の健康相談

気分が落ち込む、眠れないなどの心の不調、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。  
8月13日(木)、27日(木)の午後1時半~3時 中保健センター  
☎電話で同課地域支援第一係(☎504-2109)へ

### エイズの検査・相談

月曜日の午後6時~7時40分、水曜日の午前9時~11時(8月12日(水)は実施がありません)  
※匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で分かります  
中保健センター  
☎電話で同課へ

### 歯科相談日

20歳以上の人  
9月3日(木)午後1時半~3時半 中保健センター  
☎歯科医師による検診・個別相談、歯科衛生士による歯磨き指導  
☎電話で同課へ。先着10人

### 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
8/18(水)	江波集会所	9:30~11:30
8/25(水)		
9/9(水)	広瀬集会所	

### 被爆者がん検診

### 胃がん、肺がん

期日	会場	時間
8/18(水)	江波集会所	(胃がん)9:00~10:30 (肺がん)9:00~11:30
9/9(水)	広瀬集会所	

### 子宮がん、乳がん

期日	会場	時間
9/1(水)	江波集会所	9:30~11:00

※胃がん、子宮がん、乳がん検診は予約制です。電話で同課へ

## 催し

### 中央公民館

☎221-5943、☎221-5118  
休火曜日、6日(木)、10日(祝)

### なかちゃん音楽の輪

### 小さな音楽館

9月5日(土)午後2時~4時

### 箏曲アンサンブル

8月31日(月)午後5時までに電話か直接同館へ。先着50人

### 竹屋公民館

☎☎241-8003  
休火曜日、6日(木)、10日(祝)

### 竹屋コミュニティガーデナー養成講座

秋の花の寄せ植えについて実技と共に学びます。

①②の両日に参加できる人

①9月3日(木)午前9時半~11時半、②11月5日(水)午前9時半~正午 ¥1,500円

③ガーデンばさみ、手袋、寄せ植え持ち帰り用の袋(鉢直径25cm)  
8月8日(土)から直接同館へ。先着10人

### 吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127  
休火曜日、6日(木)、10日(祝)

### 中区KAWAの魅力再発見講座

アクティブ編-SUPを体験してみよう  
20歳以上

8月23日(日)午前8時半~正午

【集合の場】吉島橋東側の広場

①スタンドアップパドル体験

【講師】ひろしまSUPクラブ代表・西川隆治氏 ¥1,500円

②タオル、濡れても良い服装、着替え、帽子、ビーチサンダル、飲み物

8月20日(水)午後5時までに電話か直接同館へ。先着15人

### 舟入公民館

☎☎295-5003  
休火曜日、6日(木)、10日(祝)

### サマースクール子どもアート教室

小学生

8月22日(土)①午前10時~11時半、②午後1時~2時半

③重ね絵に挑戦 ④飲み物

⑤前日までに電話で同館へ。先着各10人

### 中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447  
休月曜日(10日(祝)を除く)、11日(火)

### 図書館であそぼう「おどろき盤をつくろう」

小学生以上

8月8日(土)午後2時~3時  
①クルクル回すと絵が動いて見える「おどろき盤」作り  
8月1日(土)午前9時から電話かファクス、または直接同館へ(ファクスの場合は氏名と連絡先を記入)。先着15人

### 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  
休水曜日

### お手軽エアロビクス

18歳以上

8月3日(月)、17日(月)、24日(月)、31日(月)の午前10時半~11時半

①リズムカルなステップで脂肪燃焼し、シェイプアップを目指す

②各500円

③当日午前10時から直接同館へ。先着各16人

### 吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231  
休水曜日

### やさしい! フィットネス&水中運動

18歳以上

8月20日、27日(木)の午後2時半~3時半

①プールサイドと水中でさまざまな道具を使いながら運動をします

②各日600円 ③水着、水泳帽子

④電話か直接同館へ。先着各日10人

### 区社会福祉協議会

☎249-3114、☎242-1956

### 手話入門講座

9月9日~11月25日の水曜日、午後7時~8時45分(全12回)

①中区地域福祉センター(一部会場が変更になる場合があります)

【講師】手話サークル あすなる

②¥2,000円(資料代)

③往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、職業を記入し、9月3日(木)までに同会「手話入門講座」係(〒730-0051、大手町四丁目1-1)へ。抽選25人

## 子育て

### 9月の乳幼児の健康相談室

乳幼児の身長・体重測定や育児相談を行います。

期日	会場	時間
9/1(火)	中保健センター	13:30~15:00
9/2(水)	吉島公民館	9:30~11:00
9/4(金)	竹屋公民館	
9/9(水)	白島老人集会所	
9/10(木)	江波児童館	
9/14(月)	舟入公民館	
9/16(水)	本川児童館	

①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

②電話で地域支えあい課地域支援第一係(☎504-2109)へ

### 離乳食教室

①スタート編、②お誕生日頃編

③生後①4~6カ月、②9~12月の乳児の保護者

④①8月21日(金)、②9月11日(金)の午前10時~11時

⑤中保健センター

⑥①離乳食の進め方について、②お誕生日の頃の離乳食の進め方について

⑦電話で地域支えあい課(☎504-2528、☎504-2175)へ。①②先着8人程度

## 子宮頸がん予防講演会

子宮頸がんに関する知識や予防方法を学んでみませんか?

9月9日(水)午後2時~4時 場地域福祉センター

【講師】中電病院産婦人科・内藤博之氏

☎電話で地域支えあい課(☎504-2528、☎504-2175)へ

## 中区民作品展 作品募集

「一般作品」部門と「中区の魅力紹介作品(区内の風景やイベントなどを題材にした作品)」部門の作品を募集します。

### ●作品募集

①区内に在住・通勤・通学している人、区内を拠点に活動している個人・団体

②【応募作品】絵画、書、写真、工芸、デザイン、彫刻<sup>※</sup>

③所定の応募用紙を、12月13日(日)までにJMSアステールプラザへ。用紙は同プラザ、区内の公民館で。同プラザHPからも入手可

### ●作品展示

①来年2月4日(木)~7日(日)の午前10時~午後6時(最終日は午後4時終了)

②場JMSアステールプラザ

③同プラザ(☎244-8000、☎246-5808)



## 高齢者スポーツ大会

区老人クラブ連合会が中心となり、スポーツ大会を開催します。

①区内に在住で来年度60歳以上の人(昭和37年4月1日以前生まれ)

種目	開催日	予備日	場所	参加費	チーム	申込締切
ペタンク	9/14(月)	9/15(火)	千田スポーツ公園	1人800円	4人※	8/20(木)
グラウンド・ゴルフ	10/15(水)	10/16(金)			6人	9/2(水)

※4人のうち1人補欠、女性と70歳以上の方が1人以上常時出場

②郵送でチーム代表者が参加費(ゆうちょ銀行の小為替)を同封して、中区老人クラブ連合会事務局(〒730-0036 中区袋町9-5)へ 同国会(☎☎246-2550)

## 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。

①各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



	園名	電話番号	日時(8月)	内容 <sup>※</sup>
保育園	基町	221-5303	1日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	竹屋	241-1860	19日(水) 10:00~11:00	一緒に遊ぼう※(5組)
	神崎	231-7831	20日(木) 10:00~11:00	夏のおそび※(10組)
	舟入	232-3698	19日(水) 10:00~11:00	夏のおそびを楽しもう※(10組)
	江波	231-7934	1日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(10組)
	江波第二	292-8166	22日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(10組)
	広島YMCA	227-2884	22日(土) 10:00~15:00	育児相談相談(心の問題と発達について)※
	ルーテル	241-2479	5日(水) 10:00~11:00	夏を楽しもう※(10組)
	真和	231-9718	18日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう
	千田	243-2766	18日(火) 10:00~11:00	マリパ演奏会※(3組)
	ともえ	228-6088	8日(土) 10:00~11:00	ひんやり気持ちいい! 感触遊び※(5組)
	かおる	291-0321	20日(木) 10:00~11:30	園庭開放
幼稚園	りらくす十日市	961-4570	21日(金) 10:00~11:00	夏野菜スタンプで遊ぼう※(5組)
	りらくす竹屋	207-1821	7日(金) 10:00~11:00	すいかわりを楽しもう※(5組)
	りらくす	208-5600	7日(金) 10:00~11:00	感触あそびをしよう※
	クローバー	240-0788	20日(木) 10:00~11:00	リズムあそびをしよう※(3組)
	ちやいんどふれんどりい	541-2162	随時	わかばママ・パパ応援教室※
	順正寺	241-7062	随時	わかばママ・パパ応援教室※
	慈光	241-8059	21日(金) 10:00~11:00	体育あそび ステップ! ジャンプ! 体を動かしてみよう!※
	安田	221-2763	随時	-
	広島三育学院	241-3010	随時	-
	吉島	244-2225	随時	-
	聖母	221-3207	随時	-
	広島中央	246-4094	7日(金) 10:00~11:00	園庭開放
たちばな	243-5174	25日(火) 9:00~	1日体験入園※(詳しくはHPへ)	

## 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
竹屋公民館	子育て「ばんぷー」	8/14(金)
同公民館(☎☎241-8003)	※定員制限あり	10:00~12:00
舟入公民館	みんなのサロン	8/3、17、24、31(月)
同公民館(☎☎295-5003)	※要予約(前日までに同館へ)	①10:00~10:40 ②10:50~11:30

※開催については各問い合わせ先にご確認ください