

くらしのガイド

催しなどに関するお知らせ
 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のためのお知らせがあります。
 4頁左上部をご覧ください。

健康
地域支えあい課
 ☎821-2809、821-2820
 ☎821-2832

■ミニ人間ドック
 健康診査とがん検診(1種類から受診可)が同時に受診できます。
 ④職場などで受診機会がなく、①～④年度末で40歳以上の(①は国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者)、⑤は年度末で40歳以上の女性、⑥は受診時に20歳以上の女性(⑤⑥の受診は2年に1回まで)

期日	会場	時間	健診
12/13(日)	区総合福祉センター	9:00～11:30	①健康診査 ②胃がん(X線) ③肺がん ④大腸がん ⑤乳がん ⑥子宮頸がん

①②③④各400円、⑤1,500円、⑥1,000円
 ☎電話かファクスで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

■①乳がん検診、②子宮頸がん検診
 ④職場などで受診機会がなく、①年度末で40歳以上の女性、②受診時に20歳以上の女性(いずれも受診は2年に1回まで)

期日	会場	受付時間
12/18(金)	区スポーツセンター	9:30～11:00

①②1,500円、③1,000円
 ☎電話かファクスで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

健診・検診を受診する人へ
 ○市役所から送付している各種受診券を持ってきてください。お手元がない人は電話で同課へ
 ○健康診査は保険証が必要です
 ○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ってきた人は無料です
 ○ネット予約は **市HP** [集団検診]
 ○大腸がん検診の採便容器は受診券に同封の請求はがきで事前に請求を(2週間程度かかります)

■①エイズ相談・検査、②梅毒検査、③肝炎ウイルス検査
 ④①②どなたでも、③過去に受診したことがない20歳以上の人
 ④第2・4火曜日の午前10時～11時

☎区総合福祉センター
 ①②は検査を匿名で実施
 ☎電話で同課(☎821-2809)へ
 ■栄養相談日
 ④10月29日(木)午前9時半～11時
 ☎区総合福祉センター
 ☎管理栄養士による食生活相談
 ☎電話で同課(☎821-2820)へ。先着3組
 ■こころの健康相談
 ④10月15日(木)午後1時半～3時
 ☎区総合福祉センター
 ☎専門医による無料相談(秘密厳守)
 ☎電話で同課(☎821-2820)へ。先着3人(随時受け付け、定員に達した場合は翌日以降の日程を案内します)

原爆被害対策部援護課
 ☎504-2195、☎504-2257

■被爆者がん検診

期日	会場	種類	受付時間
10/23(金)	区スポーツセンター	子宮がん・乳がん	9:30～11:00
11/6(金)	矢野東集会所	子宮がん・乳がん	9:30～11:00

☎電話で同課へ

子育て
地域支えあい課
 ☎821-2809、821-2820
 ☎821-2832

■健康相談室【予約制】

☎区在住の乳幼児とその保護者

期日	会場	時間
10/9(金)	矢野出張所	①9:30～10:00 ②10:00～10:30 ③10:30～11:00
10/14(木)	区総合福祉センター	①13:30～14:00 ②14:00～14:30
10/19(月)	阿戸福祉センター	①13:30～14:00 ②14:00～14:30
10/28(水)	畑賀福祉センター	①9:30～10:00 ②10:00～10:30 ③10:30～11:00
11/5(木)	瀬野福祉センター	①9:30～10:00 ②10:00～10:30 ③10:30～11:00

☎保健師・子育て支援相談員などによる未就学児の身体計測、育児や健康の個別相談
 ☎利用希望日の前月から予約可。電話で同課(☎821-2820)へ。①～③先着各5組
 ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための注意事項があります。詳しくは区HPなど
 ■卒乳講座
 ☎卒乳に関心のある親子(区内在住)
 ④10月27日(火)午前10時～11時15分
 ☎区総合福祉センター
 ☎助産師による卒乳の話、子育て支援相談員による親子触れ合い遊び、栄養士による栄養の話
 ☎電話で同課(☎821-2820)へ。先着10組
 ■子育て常設オープンスペース「あおぞら安芸っ子」【予約制】
 ☎乳幼児とその保護者
 ④月～金曜日(祝・休日除く)の

①午前10時～11時、②午後1時半～2時半
 ☎区総合福祉センター
 ☎親子の遊び、子育て情報の提供、個人相談
 ☎利用希望日の前週から予約可。電話で区地域子育て支援センター(☎821-2821)へ。①②先着各6組
 ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための注意事項があります。詳しくは区HPなど
 ■オンラインおしゃべり広場
 オンライン会議システム「Zoom」アプリを利用して、「あおぞら安芸っ子」のスタッフ(保育士)が自宅でできる触れ合い遊びを行ったり、栄養士が離乳食の相談を行ったりするプログラムを週2回、午前11時半から開催しています。開催日や申し込み方法などは区HPなどをご覧ください

■あきすくすくダイヤル
 ④月～金曜日(祝・休日除く)の午前8時半～午後5時15分
 ☎保育士や保健師による未就学児の子育て相談(面談は予約制)
 ☎区地域子育て支援センター(区総合福祉センター内)☎821-2821、☎821-2832
 ■5歳児発達相談
 ☎区内在住の4、5歳児とその保護者
 ④10月21日(水)の午後1時半～4時
 ☎区総合福祉センター
 ☎心理相談員による個別相談
 ☎電話で同課(☎821-2820)へ。先着3組(随時受け付け、定員に達した場合は翌日以降の日程を案内します)

お知らせ・催し
安芸区図書館
 ☎824-1056、☎824-1057
 船越南三丁目2-16
 休月曜日

■「セカンドライフの片付けは一石七鳥-プロがプラスαの方法お教えします。」
 ④10月30日(金)午前10時～正午
 ☎区民文化センター
 ☎セカンドライフをよりよく暮らすための片付け講座
 【講師】片付け/整理収納コンサルタント・松本文江氏
 ④10月1日(木)午前9時から来館か電話、ファクスで同館へ。先着35人

■絵本の読み聞かせ
 絵本や手遊びなどを楽しみましょう。

日時	対象	講師
10/3(土) 11:00～11:30	幼児・小学生と保護者	ちいさいおうち
10/17(土) 11:00～11:30	幼児・小学生と保護者	えほんくらぶぐりとぐら
10/22(木) 10:30～10:55 11:05～11:30	乳幼児と保護者、妊婦、パートナー	この本だいすきの会

■図書展示「文庫で読む」
 ④11月8日(日)まで
 ☎文庫本の展示

保育園・幼稚園・認定こども園が子育てを応援! 「あそびにきてね!」
 ☎通園していない乳幼児と保護者
 ☎各園(※は予約が必要です)

園名	電話番号	日時(10月)	内容
阿戸認定こども園	856-0757	7日(水)	10:00～11:30 体を動かして遊ぼう ※
中野	893-1108	2日(金)	10:00～11:30 体を動かして遊ぼう ※
中野めいわ	892-3900	15日(水)	10:00～11:00 園庭開放 ※
中野ルンビニ	892-4477	1・15日(水)	10:00～11:00 芝生・砂場・ウッドデッキ・くりの木ひろばであそぼう
あい保育園中野東	516-7230	15日(水)	10:00～11:00 園庭開放 ※
畑賀	827-0921	7日(水)	10:00～11:30 運動会ごっこを楽しもう ※
光明寺	823-2553	9・16・23・30日(金)	10:00～11:00 園庭開放 ※
船越西部	822-6843	12日(月)	10:00～11:00 絵本に親しもう ※
船越南部	822-2170	10日(土)	10:00～11:00 サタデー広場 ※
船越めぐみ	823-2930	毎週(火)	10:00～11:30 園庭開放 ※
上瀬野	894-3540	29日(木)	10:00～11:30 カワイ音楽コンサート ※
のんの	894-8508	30日(金)	10:00～11:30 親子でリトミック ※
のののみどり坂	894-9000	15日(水)	10:30～11:30 つくってみよう ※
矢野中央	888-0108	23日(金)	10:00～11:30 体を動かして遊ぼう ※
矢野西	888-1900	1日(水)	10:00～11:00 体を動かして遊ぼう ※
矢野東	888-3520	31日(土)	10:00～11:30 サタデー広場 ※
矢野みどり	889-2660	7・28日(水)	10:00～11:00 0歳児・妊婦さんのベビークラブ ※
おさんぽ	889-2770	8日(水)	10:00～11:00 0歳児・妊婦さんのベビークラブ ※
中野ルンビニ	892-0855	毎週(金)	10:00～12:00 園庭開放
ひかり	827-0841	7・28日(水)	14:00～14:30 先生と遊ぼう 14:30～16:00 親子で自由に遊ぼう
船越	823-0064	10日(土)	9:30～11:30 運動会でかけっこをしよう
		14日(水)	11:00～13:30 在園児と一緒にお弁当を食べよう(うさぎぐみ)
		21日(水)	9:30～11:30 親子でふれあい遊びをしよう
瀬野	894-0994	1日(水)	9:30～11:30 ボンボン スタンプ 絵の具で遊ぼう(3歳児対象)
		10日(土)	9:00～11:30 運動会に参加しよう(かけっこ)(プログラム3番)
矢野	889-3127	3日(土)	9:00～11:00 ぴよんぴよん広場「運動会のかけっこに参加しよう」
		22日(水)	9:30～11:30 うさちゃんランド
		14日(水) 29日(水)	9:30～10:30 園庭開放

☆表にない日程は区HPの「子育て」をご覧ください

催し 区民文化センターの催し物のご案内

■あきクラシックコンサート vol.205
 「点と線 -マンドリンと弦楽が綾なす歴史と調和-」
 ④10月31日(土)午後2時開演
 ☎区民文化センター ホール
 【演目】ビバルディ/マンドリン協奏曲 八長調 RV425
 ウール/シュピールムジーク
 第1曲:奇想曲 第2曲:南の風景
 第3曲:歯車 第4曲:朝の楽しいハイキング
 ガル/モーツァルトの主題による即興と変奏、フィナーレ 作品60
 ※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、入場者数を250人に制限しています
 ■サロンコンサート
 和のひびき 川東陽華 三味線独奏会-山下雅靖作品によせて-
 ④10月15日(木)第一部:午後2時開演 第二部:午後6時半開演
 ☎区民文化センター スタジオ
 【演目】長唄「秋色種」
 三味線・ピアノ・朗読による「三枚のお札」(第一部)
 「耳なし芳一」(第二部)
 ¥一般2,000円、中高生1,000円(当日券は各500円増し)
 ☎区民文化センター(☎824-1330、☎824-1337)

ご参加ください 家族介護教室のご案内

期日	時間	場所	内容
10/20(火)	10:00～12:00	阿戸公民館	食事で免疫力UP講座 ☎高齢者を介護している家族や近隣援助者 【講師】特別養護老人ホーム くにくさ苑 管理栄養士・秋庭給美氏 ☎電話でくにくさ苑(☎856-0222)へ

10月は「元気じゃけんひろしま21推進月間」です

保健センターでは、身近な健康づくりの拠点として、赤ちゃんから高齢者までの健康づくりのお手伝いをします。自分の健康だけでなく、家族の健康についての相談もお受けします。ぜひご利用ください。

☎地域支えあい課(☎821-2820)