

# くらしのガイド

安佐南区版

新型コロナウイルス感染症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

☎831-4942 ☎870-2255

検診などを受診の際には、4月中旬にお届けした「受診券」を持ってきてください(受け取っていない人は、事前に連絡を)。10・11月分の検診の空き状況や下記の予約が必要な検診は集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258)平日の午前9時～午後4時半へ。次号では、予約開始日の都合上、1月分の検診を掲載します。

### 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

注、③結核健康診断  
年度末で①②40歳以上、③65歳以上。①は国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者

期日	会場	時間
12/2(水)	祇園北集会所	13:30~14:30
12/3(木)	祇園公民館	9:00~11:30
12/10(木)	沼田公民館	
12/21(月)	安東公民館	13:30~14:30

※①③無料、②各400円

①～③受診券と保険証

当日会場。※の日は、予約が必要です。電話で集団検診予約ダイヤルへ。先着順。大腸がん検診の採便容器は、受診券に同封しているはがきで請求を(約2週間後に届きます)

### ④胃がん検診(X線検査)

年度末で40歳以上(昨年度、市のがん検診券を利用して胃内視鏡検査を受診した人は対象外)

期日	会場	時間
12/3(木)	祇園公民館	9:00~11:30
12/8(火)	安東垂ハイツ集会所	9:00~11:00
12/10(木)	沼田公民館	9:00~11:30
12/11(金)	安東公民館	9:00~11:00
12/18(金)	佐東公民館	
12/21(月)	平和台集会所	

¥1,100円

電話で、集団健診予約ダイヤル(上記)へ。先着順

### 精神障害者を支える家族の勉強会

10月28日(水)午後1時半～3時半

区総合福祉センター

公開講座「精神障害のある家族と共に生きていくためのコミュニケーション法」

講師 瀬野川病院臨床心理士・野上紀江氏、橋本章吾氏  
地域支えあい課(☎831-4944、☎870-2255)

### ⑤子宮頸がん検診

注、⑥乳がん検診  
受診時に20歳以上、⑥年度末で40歳以上の女性。いずれも受診は2年に1回

期日	会場	時間
12/3(木)	祇園公民館	9:00~11:30
12/7(月)	平和台集会所	9:30~11:00
12/8(火)	毘沙門台集会所	9:00~11:30
12/10(木)	沼田公民館	
12/11(金)	佐東公民館	9:30~11:00
12/17(木)	祇園西公民館	

¥⑤1,000円、⑥1,500円

電話で、集団検診予約ダイヤルへ。先着順

### 注のついた健診などを受診する人へのお知らせ

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(保険証等)、または後期高齢者医療被保険者証を持ってきた人は無料です。

### いきいき健康生活相談

医師、保健師、管理栄養士が生活習慣や食生活の改善について相談に応じます。

10月7日(水)午前9時～11時  
区総合福祉センター  
電話で同課へ

### 男性介護者のつどい「4木の会」、認知症の人を介護する家族の会(同時開催)

認知症の人を介護している人が、日頃の悩みを語り合い、気分転換を図る場です。

10月22日(水)午後1時～3時  
区総合福祉センター

排泄ケアについて(基本動作、おむつの選択、当て方等)

電話で同課(☎831-4568)へ

### 健康教室

10月24日(土)午後2時～3時半  
区総合福祉センター

ポリファーマシーって何?

講師 トレミ薬局高陽店薬剤師・後藤更氏

岡広島共立病院(☎879-1111)

### 地域支えあい課

☎831-4944 ☎870-2255

### 心の健康相談

本人や家族の相談に専門医が応じます。秘密厳守。

10月8日(木)、22日(木)の午後1時半～3時

区総合福祉センター

電話で同課へ

### 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
10/21(水)	区役所	9:30~11:30
10/26(月)	沼田公民館	9:30~11:30 13:00~15:00
10/30(金)	安公民館	9:30~11:30
11/2(月)	長束集会所	
11/6(金)	奥畑集会所	9:30~11:00
11/11(水)	伴東集会所	13:00~14:30
11/11(水)	毘沙門台集会所	9:30~11:30

※肺がん検診を同時受診できます

### 被爆者がん検診

期日	会場	時間
10/21(水)	大塚公民館	【子宮がん・乳がん】 9:30~11:00
10/26(月)	沼田公民館	【胃がん】 9:00~10:30 【肺がん】 9:00~11:30 13:00~15:00
10/28(水)	沼田公民館	【子宮がん・乳がん】 9:30~11:00
11/2(月)	安東公民館	
11/10(火)	ザ・ビッグ安古市店	【胃がん】 9:00~10:30 【肺がん】 9:00~11:30
11/11(水)	毘沙門台集会所	

胃がん検診、子宮がん・乳がん検診の予約は、電話で同課へ

## 子育て



### 地域支えあい課

☎831-4944 ☎870-2255

### 健康相談室

乳幼児の身長・体重測定や育児相談、成人の血圧測定、尿検査、健康相談も行います。

地区	期日	会場
佐東	10/9(金)	佐東老人いこいの家
	10/26(月)	八木集会所
安古市	10/14(水)	区総合福祉センター
	10/16(金)	安東公民館
	10/22(木)	東野公民館
祇園	11/2(月)	安公民館
	10/12(月)	原集会所
沼田	10/19(月)	祇園公民館
	10/15(木)	大塚公民館
	10/21(水)	沼田公民館

【受付時間】午前9時半～11時

母子健康手帳か健康手帳

利用日1週間前から母子手帳アプリ「母子モ」か電話で同課へ。詳しくは区HPで

### 常設型子育てオープンスペース オアシスあさみなみ

☎877-2146 (区総合福祉センター4階)

おむね3歳未満の乳幼児と保護者

月・水・金曜日、第1・4火曜日、第3・4木曜日(祝・休日、年末年始は除く)の午前10時～正午と午後1時～3時

親子遊び、交流、相談、子育て情報提供

利用日2日前から母子手帳アプリ「母子モ」か電話で同センターへ。詳しくは区HPで

### 10月の行事

期日	行事	時間
10/9(金)	ふれあいあそび&交流タイム	10:30~11:00
10/21(水)	子育て相談(先着5人)	10:00~11:30

### 安佐南区地域子育て支援センター

☎877-2146

### 地域子育て相談ダイヤル

0歳～就学前の子育ての相談に電話、ファクス、面接で応じます。

月～金曜日(祝・休日、年末年始は除く)の午前8時半～午後5時  
区総合福祉センター

面接のみ電話で同センターへ

## 催し



### 地域起こし推進課

☎831-4926 ☎877-2299

### 安佐南区役所「小さな音楽会」

広島文化学園大学音楽学科の学生による演奏会です。

10月21日(水)午後0時20分～50分  
区民文化センター

金管五重奏「オー・シャンゼリゼ」「上を向いて歩こう」等

### 安佐南区社会福祉協議会

☎831-5011 ☎831-5013

### 書いて伝えるコミュニケーション支援講座(全3回)

書くことが好きな人、要約筆記活動に関心のある人

10月12日、19日、26日の月曜日、午前10時～正午

区総合福祉センター

聴覚障害の理解、要約筆記の基礎技術習得等 ¥300円(資料代)

10月8日(木)までに電話かファクスで同協議会へ。先着15人

### マエダハウジング安佐南区図書館

☎879-5060 ☎879-8536

休月曜日

### 0・1・2才のおはなし会

10月10日(土)午前11時から。入場時間厳守

絵本の読み聞かせや手遊び等  
当日午前10時半から、同館で整理券配布。先着10人(保護者含む)

### おはなし会

10月17日(土)午前11時から

絵本の読み聞かせ等  
当日午前10時半から、同館で整理券配布。先着10人(保護者含む)

### 家族介護教室

高齢者を介護している家族や介護に関心のある人

期日	講座名	会場	申込先
10/7(水) 10:00~12:00	認知症の方への対応方法	東野公民館	東原慈光園 (☎850-1108)
10/8(木) 10:00~12:00	①薬剤師の在宅訪問-正しくお薬飲めていますか- ②和楽荘における新型コロナウイルス感染症予防対策について	特養和楽荘	特養和楽荘 (☎848-5221)
10/8(木) 13:30~15:30	認知症-前段階(MCI)と予防について-	佐東公民館	特養川内の里 (☎831-1217)
10/16(金) 14:00~16:00	①家庭で出来る介護食の工夫、②食事姿勢と介助について	特養友愛園	特養友愛園 (☎848-2626)
10/21(水) 10:00~12:00	旬の野菜を使用した、誰でも簡単健康ご飯	安公民館	特養慈光園 (☎878-9400)
11/7(土) 10:00~12:00	人には聞きづらい、排せつにかかわるお話し	デイサービスセンター上安慈光園	養護上安慈光園 (☎878-8600)

### 健診サポーター養成講座

健診サポーターになって自分や家族、地域の健康を応援しませんか? まずは生活習慣病や健診(検診)について正しい知識を身につけましょう

10月27日(火)午後1時半～3時  
区総合福祉センター

①生活習慣病について、②健診(検診)について

講師 ①区保健センター医師、②区保健センター保健師

岡地域支えあい課(☎831-4942、☎870-2255)

### 戸山健康講座

生活習慣病予防について、専門の講師から5回に分けて学びます。

おむね60歳以上  
戸山公民館

第2回のみ500円程度  
11月9日(月)までに電話で同館(☎839-3320)へ。先着20人

程度(第2回のみ12人)

### 雑誌リサイクル

図書館の貸出利用券を所有している人

10月18日(日)午前10時10分～11時5分

区民文化センター2階大広間

図書館で保存期限が切れた雑誌を1人5冊まで譲渡

当日午前9時半から、会場前で整理券配布。先着60人。完全入れ替え制のため、10分間15人の入室制限あり

### 読み聞かせボランティア講座

区内図書館や学校、公民館などで読み聞かせをしている人や、これから読み聞かせをする予定がある人

10月29日(水)午前10時～正午

区民文化センター2階大広間

幼児、小学生対象の読み聞かせの基本や、読み聞かせに向く絵本の紹介等

講師 安田女子大学非常勤講師・小林いづみ氏

10月1日(木)午前9時から電話かファクス、直接同館へ。先着20人

### テーマ別図書展示

10月31日(土)まで

【テーマ】「図書館で発見」発見に関する図書の展示

### 献血にご協力を

期日	会場	時間
10/10(土)	広島市農協戸山支店	10:00~12:30 13:30~16:00
10/24(土)	マックスパリュ西風新都店	10:00~12:30 13:30~16:00

※400ml献血のみの受け付け

岡生活課(☎831-4939、☎870-2255)