

# くらしのガイド 東区版

区役所各課へのお問い合わせ・申し込みは11月2日(月)からお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のためのお知らせがあります。詳しくは4頁左上部をご覧ください。

## 健康

### 原爆被害対策部援護課

#### 被爆者健康診断

期日	会場	時間
11/17(火)	矢賀中央集会所	9:30~11:30
11/27(金)	中山福祉センター	
12/4(金)	区総合福祉センター	9:00~11:00
12/14(月)	神田山荘	
	牛田新町集会所	13:30~14:30

※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
12/14(月)	神田山荘	胃がん 9:00~10:30 肺がん 9:00~11:00

胃がん検診は事前に電話で同課へ

### 地域支えあい課

#### 健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査など)、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  
①②③いずれも会社などで受診できる人を除く、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
11/11(水)	山根町東集会所	9:30~11:30
11/13(金)	牛田集会所	9:00~11:00
11/17(火)	矢賀中央集会所	9:30~11:30
11/27(金)	中山福祉センター	9:00~11:00

①③無料、②各400円  
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

#### 胃がん検診(バリウム)

期日	会場	時間
来 年 1/12(火)	東浄集会所	9:00~11:00
1/20(水)	戸坂福祉センター	
1/22(金)	温品集会所	

①②③無料、④各400円  
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

#### 子宮頸がん検診、②乳がん検診

①受診時に20歳以上の女性、②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
来 年 1/29(金)	区総合福祉センター	9:30~11:00

①1,000円、②1,500円  
予約ダイヤル(☎504-2298、平日午前9時~午後4時半)へ。先着順

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(健康保険証など)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。

11月26日(木)正午~午後1時。食堂では、健康定食「元気じゃけん定食」(480円)を月2回提供。(11月12日(木)、26日(木))。食券は午前11時半から販売  
区役所5階研修室

#### 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。  
11月17日(火)午前9時半~11時  
区総合福祉センター  
前日までに電話で同課(☎568-7729)へ

#### 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。  
毎週月曜日の午前10時~11時(祝・休日を除く)  
区総合福祉センター  
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。  
11月12日(木)、26日(木)の午後1時半~3時  
区総合福祉センター  
電話で同課(☎568-7735)へ

## 子育て

### 地域支えあい課

#### 東区子育て交流ひろば「ぼっぼひがし」

子育て中の親子がホッとひとときを過ごせる広場です。個別相談も行っています。  
未就園児と保護者  
月曜日~木曜日の午前10時~

日時	内容
11/4(水) 10:30~12:00	栄養士による相談
12/2(水) 10:30~12:00	

区総合福祉センター  
事前に電話で同課(☎261-0315、568-7735)へ。各回先着15組程度

●オンライン「ぼっぼでおしゃべり」ミニ講座  
オンライン会議システム「Zoom」を使用し、子育て中の親子がオンライン上で気軽に交流・相談できます。詳しくは右の二次元コードで。「Zoom」アプリのインストール方法は区HPから。

日時	内容	定員
11/6(金) 10:30~11:00	子育てミニ講座「テレビを見る時間を決めよう」 0~3歳児の親子	先着15組
11/13(金) 10:30~11:00	離乳食のすすめ方講座 4~6カ月児の親子	先着各10組
11/27(金) 10:30~11:00	卒乳後の子どもの食事講座 10カ月~1歳6カ月児の親子	

メールに参加希望日時、保護者の名前、電話番号、子どもの名前(ふりがな)、子どもの年齢、資料郵送先の住所(※のみ)を記載し、前日の正午までに同課(ikuchan-hiroshimacity2006@docomo.ne.jp)へ

●離乳食教室  
4~7カ月児の保護者  
11月27日(金)午前10時~11時半  
区総合福祉センター  
5カ月からの離乳食の進め方(お話と調理実演)  
電話で同課(☎568-7729)へ。先着10人

## 催しもの

### 東区民文化センター

☎264-5551 ☎264-5774  
休月曜日(23日は除く)  
●レクチャーコンサートジャズ  
11月21日(土)午後1時~2時半  
ピアノトリオの魅力にふれるジャズレクチャーコンサート  
¥2,000(当日2,500)円

### 東区図書館

☎262-5522 ☎264-2610  
休月曜日(23日を除く)、4日(水)、24日(火)、27日(金)  
●ストーリーテリングのおはなし会  
幼児・小学生と保護者  
11月8日(日)午前11時から  
ストーリーテリングによる語り聞かせ  
当日同館で。先着4組

●おはなし会  
幼児、小学生と保護者  
11月7日(土)午前11時から  
絵本の読み聞かせ、手遊びなど  
当日同館で。先着4組  
●おひざにだっこのおはなし会  
乳幼児と保護者  
11月11日(水)、25日(水)の午前11時から

●絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべうたなど  
当日同館で。先着4組  
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(3日は除く)

●水泳&水中運動ワンポイントレッスン  
小学生以上  
11月12日(木)、26日(木)の午後2時半から、午後3時から  
施設利用料 大人490円、子ども・シニア(65歳以上)240円  
65歳以上であることを証明するもの(健康保険証など)  
午前9時から窓口で、午前10時から電話で同センターへ。先着順

## 保育園が子育てを応援します(11・12月分)

保育園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、イベントの内容が変更、または中止となる場合があります。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	11/7(土) 11/11(水) 12/2(水) 12/5(土)	10:00~11:00 サタデー広場 園開放「一緒に遊びましょう」 園開放「一緒に遊びましょう」 サタデー広場
東浄	229-5032	11/7(土) 12/12(土)	10:00~11:00 サタデー広場
中山	289-0902	11/14(土) 12/1(水) 12/19(土)	10:00~11:00 サタデー広場(要予約) リズムあそび(要予約) サタデー広場(要予約)
温品	289-7477	11/10(火) 11/14(土) 12/4(金) 12/12(土)	10:00~11:00 秋の自然物で遊ぼう(要予約) サタデー広場(要予約) クリスマス飾りを作ろう(要予約) サタデー広場(要予約)
福木	899-2039	11/21(土) 12/2(水) 12/19(土) 12/23(水)	10:00~11:00 サタデー広場(要予約) 音楽鑑賞会(要予約) サタデー広場(要予約) 人形劇観劇(要予約)
戸坂	229-0090	11/14(土) 12/12(土)	10:00~11:00 サタデー広場(要予約)
わかくさ(私立)	261-0929	11/28(土)	10:00~11:00 サタデー広場(要予約)
牛田新町光明	222-3911	11/4(水) 11/18(水) 12/2(水) 12/16(水)	10:00~11:00 園庭で遊ぼう(要予約) 大型積木で遊ぼう(要予約) 園庭で遊ぼう(要予約) クリスマス飾りをつくろう(要予約)
桜が丘愛保育園	229-1939	11/6(金) 12/12(土) 12/25(金)	10:00~11:00 作って楽しく遊ぼう べったんこ! おもちつきの会 サンタがやってくる! クリスマス会
サンヒルズ	289-7688	11/14(土) 12/24(木)	10:00~11:00 10:00~11:30 子育て広場・ルーキー・パパママ クリスマス会
清水谷	289-0625	11/10(火) 12/8(火)	10:00~10:45 楽器あそび マジックショーを見よう
広島光明学園	228-5595	11/6(金) 12/4(金) 12/22(火)	10:30~11:30 ベビーマッサージ お正月飾りを作ろう
広島修道院保育園	261-1519	11/10(火) 11/24(火) 12/22(火)	10:00~11:00 手作りおもちゃを作ろう 園庭開放 クリスマス製作をしよう
二葉学園	262-0027	11/4(水) 12/1(水) 12/18(金)	10:00~11:00 見学(要予約) 未就園児

※サタデー広場とは土曜日に行う園庭開放のことです  
※12月1日号には、区内の幼稚園の12月分と1月分の記事を掲載予定です