

くらしのガイド 中区版



新型コロナウイルス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。区役所各課への問い合わせなどは11月2日(月)からお願いします。

健康

地域支援あい課

☎504-2528、☎504-2175

被爆者さんのためのゆつたり
のびのび交流会

被爆者
回11月12日(木)午後1時半～3時半
場中保健センター
椅子に座ってできる介護予防
体操【講師】健康運動指導士・
大背戸まりこ氏
☎電話で同課へ

1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
回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※、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

Table with 3 columns: 期日, 会場, 時間. Rows for 来年1/14(木) and 来年1/26(火).

※③は14日(木)のみ
¥①④無料、②各400円、③1,100円
回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

上記検診・検診を受診する人へ
¥がん検診は、生活保護世帯・
市民税非課税世帯(世帯全員
分)、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
回「受診券」健康診査を受診す
る人は保険証

専門医による心の健康相談
気分落ち込み、不眠などの
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。
回11月12日(木)、26日(木)の午後
1時半～3時 場中保健センター
☎電話で同課地域支援第一係(☎
504-2109)へ

Table with 3 columns: 期日, 会場, 時間. Rows for 11/10(火) and 11/26(木).

回①エンディングノートを一
緒に書いてみませんか?、②感染
予防について-コロナに打ち勝
ち、自分の体は自分で守る-
回①ラポーレ東千田(☎240-8818、
☎545-2588)、②悠悠タウン江
波(☎296-4866、☎296-4818)

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。

回11月26日(木)午前9時半～11時
半(30分ごとの予約制)
場中保健センター
☎電話で同課へ
Eイズの検査・相談
回月曜日の午後6時～7時40分、
水曜日の午前9時～10時
※匿名、無料、秘密厳守。検査の
結果は20分程度で分かります
場中保健センター
☎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

Table with 3 columns: 期日, 会場, 時間. Rows for 12/4(金), 12/8(火), 12/9(水).

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者がん検診

Table with 3 columns: 期日, 会場, 時間. Row for 12/9(水).

回①は電話で同課へ

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118
休火曜日、4日(水)、23日(祝)

コロナを乗り越えよう!
「リモート公民館ライブ発表会」
回11月29日(日)午後2時～4時
市内公民館で活動するグルー
プの演劇、演奏、歌などの発表
をWeb配信(アドレスは公民館
HPなどで公開)

竹屋公民館

☎☎241-8003
休火曜日、4日(水)、23日(祝)

平和大通り樹木探索のつどい秋編
回11月8日(日)午前9時半～正午
【集合の場】鶴見橋西詰
内平和大通りの散策、樹木解説
【講師】平和大通り樹の会
回帽子、飲み物、筆記用具
回前日までに電話か直接同館へ。
先着30人

舟入公民館

☎☎295-5003
休火曜日、4日(水)、23日(祝)

防災セミナー「防災視点のま
ち歩きのスズメ」
回中学生以上
回11月14日(出)、21日(出)の午前10時
～11時半。全2回

回防災のための基本情報、防災視
点でのまち歩き
回前日までに電話か直接同館へ。
先着20人

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127
休火曜日、4日(水)、23日(祝)

「底面給水」でガーデニング
をもっと便利に楽しく
回20歳以上

回11月19日(休)午前9時半～11時半
内底面給水コンテナで花苗植え
込みの実習、公民館花壇に球根
などを植える実習 ¥1,300円
回タオル、軍手、持ち帰り用袋、ガ
ーデニングばさみ(持っている人)
回11月11日(水)までに電話か直接
同館へ。先着15人

中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

休月曜日(23日以外)、4日(水)、
24日(火)、27日(金)

大人のための図書館セミナー
「カープはなぜコイなのか」-鯉
城から探るネーミングの歴史-
回11月28日(出)午後2時～4時
【講師】広島城主任学芸員・玉置
和弘氏
回電話、ファクスか直接同館へ。
先着30人。手話通訳・要約筆記の
申し込みは11月13日(金)まで

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

全日本チャンピオンが教える
カンフー
回小学生～高校生
回11月20日(金)午後5時～6時

回サークル練習見学、カンフー
の基本動作の体験
回電話か直接同館へ。先着10人

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

休水曜日

ホットヨガ
回18歳以上
回11月2日、9日、16日、30日の
月曜日、午前10時～11時
回室温30度以上のプールサイド
でヨガの基本を行う(水着不用)
回各日600円
回電話か直接同館へ。先着各日
12人

子育て

離乳食教室(スタート編)
回生後4～6カ月の乳児の保護者
回11月20日(金)午前10時～11時
場中保健センター
回離乳食の進め方について
回電話で地域支援あい課(☎504-
2528)へ。先着8人程度

教室のほか、離乳食に関する電
話相談にも管理栄養士が応じます

12月の乳幼児の健康相談室

Table with 3 columns: 期日, 会場, 時間. Rows for 12/2(水), 12/4(金), 12/14(月), 12/9(水), 12/10(木), 12/16(水), 12/15(火).

回身長・体重測定や育児相談
回母子健康手帳。身長・体重測定
を希望する人はフェイスタオル
回電話で地域支援あい課(☎504-
2109)へ

献血にご協力ください

回11月13日(金)午前9時半～午
後1時、午後2時～3時半
場白鳥Qガーデン(東白鳥町14-15)
回生活課(☎504-2568、☎504-2175)

「サンタプロジェクト2020」訪問家庭の募集

サンタクロースなどに扮装した青年が家庭を訪問し、夢と保護
者の用意したプレゼントを渡します。

回次の全てに当てはまる家庭

- ①区内在住の3歳～小学校2年生の子どもがいる
②12月24日(木)午後6時～8時に保護者が在宅している
③子どもの夢を大切に思い、プロジェクトの趣旨に賛同する

回12月24日(木)午後6時～8時

回11月15日(日)までに、所定の申込書を青少年セン
ター(☎228-0447、☎228-7074)へ。抽選20組。申込
書は同センター、区内公民館、同センターHPで
休毎週火曜日、11月4日(水)、25日(水)



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。

回各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



Table with 4 columns: 園名, 電話番号, 日時(11月), 内容. Rows for 基町, 竹屋, 吉島, 本川, 神崎, 舟入, 江波, 江波第二, ゆりかご, 報恩, 広島YMCA, ルーテル, 真和, 千田, ともえ, かおる, リトルメイト, りらっくす日市, りらっくす竹屋, りらっくす, クローバー, ちゃいるど, 花キュー, 慈光, 安田, 広島三育学院, 吉島, たちばな, 広島中央, 聖母, 基町.

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。



Table with 3 columns: 会場・問い合わせ, オープンスペースの名称, 日時. Rows for 竹屋公民館, 舟入公民館, 江波集会所, 舟入公民館, 舟入児童館, 地域交流センター/バルティシア(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば, 吉島公民館, 中島集会所, 吉島福祉センター, 千田児童館, 本川児童館.

※開催については、各問い合わせ先に確認してください