

くらしのガイド 佐伯区版



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頁上部)。今後、本紙掲載の催しなどについては中止となる可能性があります。詳しくは主催者にお問い合わせください。市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは11月2日(月)から。

健康

※会場の表記のないものは区役所別館で実施します

■集団検診の変更のお知らせ

①肺がん検診・大腸がん検診・健康診査、②被爆者健康診断

期日	会場	時間
11/4(水)	湯来農村環境改善センター	中止
	サンピアゆき	① 9:30~11:00 13:30~14:30 ② 10:00~11:30 13:30~14:30

①集団検診予約専用ダイヤル ☎504-2298 (平日の午前9時~午後4時半) ☎504-2258
②原爆被害対策部援護課 ☎504-2195 ☎504-2257

原爆被害対策部 援護課

☎504-2195 ☎504-2257

■被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
11/20(金)	五日市公民館	9:30~11:00
11/27(金)	五日市中央公民館	

☎予約制です。電話で同課へ

地域支えあい課

☎943-9731 ☎923-1611

■①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結核健診 ※③はポイント対象外です

①②③年度末で40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などが対象。③年度末で65歳以上。いずれも会社などで受診できる人は除く。受診は年1回

①②③無料、④各400円、⑤無料
☎受診券(①と③は保険証も)
☎当日会場。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事前に請求を

期日	会場	時間
来年1/14(木)	五月が丘公民館	9:30~11:30
来年1/29(金)	八幡公民館	9:30~11:30

■①子宮頸がん検診、②乳がん検診

①②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)

①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺

期日	会場	時間
来年1/18(月)	観音台公民館	9:30~11:00

☎予約制です(先着順)。11月2日(月)から受診希望日の前日までに集団検診予約専用ダイヤル(☎504-2298 平日の午前9時~午後4時半)へ
※インターネット予約も可

■こころの相談

☎11月19日(木)、12月3日(木)の午後1時半~3時

☎精神科医による個別相談
☎電話で同課(☎943-9733)へ。先着各日3人

■男性介護者の集い

☎介護している、されている男性

☎11月10日(火)午前10時~正午
☎座談会(情報交換)など
☎電話で同課(☎943-9728)へ

催し

佐伯区スポーツセンター

☎924-8198 ☎924-8199
☎休火曜日(3日を除く)

■ベンチプレスワンポイントアドバイス

☎18歳以上

☎11月27日(金)午後5時半~7時
☎世界チャンピオンによるワンポイントアドバイス
☎施設利用料金のみ必要

☎当日会場。先着6人

■お手軽! アクアフィットネス

☎18歳以上

☎11月27日(金)午後1時半~3時
☎水中運動の基本についてのアドバイス
¥500円

☎11月1日(日)午前9時から電話か直接窓口で。先着20人

佐伯区図書館

☎921-7560 ☎924-0742
☎休月曜日(23日を除く)、4日(水)、24日(木)、27日(金)

■おはなしいっぱい-秋の巻-

昔話や物語を覚えて語る、お話(ストーリーテリング)だけの話会

☎幼児・児童とその保護者

☎11月8日(日)午前11時から
☎区民文化センター
☎当日会場。先着15人

■歴史講座「古典籍から地域が見える-江戸時代後期の広島文化-」

江戸時代後期の広島城下の人々の文化的営みの一端を紹介します。

☎12月5日(土)午前10時~正午
☎区民文化センター

☎講師)県立広島大学人間文化学

部教授・西本寮子氏

☎来館か電話、ファクスで同館へ。先着30人

■自然講座「ジュニア鳥講座 わたしたちのまわりの鳥たちを知ろう!」

八幡川を中心に、私たちの周りにいる鳥たちについてのお話。

☎小・中学生(保護者同伴可)

☎12月13日(日)午後2時~4時
☎区民文化センター

☎講師)日本野鳥の会・日比野政彦氏

☎来館か電話、ファクスで同館へ。先着30人

図書館湯来河野閣覧室

☎0829-40-4005 ☎0829-83-0134
☎休月曜日(23日を除く)、4日(水)、24日(木)、27日(金)

■マンガイラスト教室

プロの漫画家を講師に招き、ぬり絵などの手ほどきをします。

☎11月3日(祝)午後1時~3時

☎講師)甲斐さゆみ氏、迫田良明氏
☎来館か電話、ファクスで同館へ。先着10人

子育て

■常設親子交流の場「おやっこさえき」

☎市内に在住の妊婦、0歳~就学前の子どもとその保護者

☎毎週月・火・木・金曜日(祝・休日は除く)の午前10時~11時半と午後0時半~2時(入れ替え制)

☎区役所別館

☎利用希望日の前週月曜日から前日までに電話で地域子育て支援センター(☎921-5010)か地域支えあい課(☎943-9733)へ。先着各回5組

■乳幼児健康相談室

乳幼児を対象とした身体計測・育児相談を予約制で再開します。☎保健センターは身体計測のみ。相談希望者には、後日、電話します

☎電話で地域支えあい課(☎943-9733)へ

期日	場所	時間
12/4(金)	皆賀公民館	①9:30~10:00
12/7(月)	坪井公民館	②10:00~10:30
12/10(木)	彩が丘公民館	10:30
12/14(月)	五月が丘公民館	③10:30~11:00
12/17(木)	八幡公民館	11:00
12/22(火)	保健センター	【要予約】

お知らせ

■献血にご協力を

400mlのみ受け付け。所要時間は15分程度

期日	場所	受付時間
11/1(日)	藤の木公民館	13:00~16:00

☎生活課(☎943-9725、☎923-1611)へ

市街化調整区域での建築物の建築について

「市街化調整区域」では、原則として新たに建築物(ユニットハウスなど)を建築することはできません。建築物の建築などを行う場合は、事前に宅地開発指導課にご相談ください。

なお、詳細については、市HPで「市街化調整区域での建築物の建築について」をご覧ください。☎宅地開発指導課(☎504-2285、☎504-2529)

【建築物の例】



ユニットハウス(事務所・倉庫など)



簡易物置(倉庫)

社会人落語べっぴん寄席

全国大会などで活躍中の女性社会人落語家による落語会です。

☎11月28日(土)午後1時~3時半

☎区民文化センター 1階 ホール

¥500円(お支払いは当日会場)

☎予約制。電話か直接窓口で。先着200人・自由席

☎同館(☎921-7550、☎921-9898) ☎月曜日(23日を除く)

家族介護教室

☎高齢者を介護している家族へ

期日	内容・講師	会場・申込先
11/6(金) 13:00~15:00	講演「知って得する音楽の力-音楽療法でもっと元気に健やかに-」 【講師】MUSIC POWER for ALL.代表 & ミュージック パフォーマンス オール 音楽療法士・狩谷美穂氏	☎湯来保養園 ☎同施設 ☎0829-86-2714 先着25人
11/15(日) 13:30~15:30	講演「自分らしく生きるための終活のすすめ 身元保証人-成年後見人を見てみよう-」 講師:特別養護老人ホーム陽光の家 施設長・松井誠氏	☎特別養護老人ホーム陽光の家 ☎同施設 ☎921-8211 先着20人
11/22(日) 10:00~12:00	講演「聞いて得する認知症の話」 -事例を通して認知症を理解する- 講師:特別養護老人ホーム石内慈光園 介護職員・福澤俊彦氏、笠本千絵氏	☎特別養護老人ホーム石内慈光園 ☎同施設 ☎926-0066 先着10人

☎地域支えあい課(☎943-9728、☎923-1611)

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(11月)

☎通園していない乳幼児と保護者
☎各保育園・幼稚園・認定こども園
※は予約が必要です



保育園名	電話	開催日	時間	内容
花ぞの	927-8801	5日(木)	10:00~11:00	お外であそぼう※
にじ	943-6040	18日(水)	10:00~11:00	いっしょにあそぼう※
ひまわりいしうち	929-2011	12日(木)	10:00~10:50	園庭であそぼう※
きらら	943-6790	18日(水)	10:00~11:00	わらべうたあそび※
吉見園	943-7801	月~金	10:00~11:00	いっしょにあそぼう※
あい保育園城山	961-3320	24日(火)	10:00~10:30	誕生日会に参加しよう※
あい保育園三宅	533-8901	10日(火)	10:00~10:30	保育園であそぼう※
湯来	0829-83-0534	6日(金)	10:00~11:00	おいもパーティー※
湯来南	0829-86-0610	6日(金)	10:00~11:00	体を動かしてあそぼう※
こころはるか	941-1101	9日(月)	10:00~11:00	ぺたぺたタペストリー※
河内	928-0311	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
五月が丘	941-0760	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
利松	928-7277	21日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
八幡東	928-1855	5日(木)	10:00~11:00	一緒に散歩※
八幡	928-0400	5日(木)	10:00~11:00	手作りおもちゃであそぼう※
千同	922-7766	11日(水)	10:00~11:00	わらべうたであそぼう※
坪井	921-1595	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
三筋	923-3733	7日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
鈴峰園	921-1594	10日(火)	10:00~11:00	園庭であそぼう※
五日市中央北	922-6334	5日(木)	10:00~11:00	親子で運動あそび※
五日市駅前	923-7959	10日(火)	10:00~11:00	絵本を楽しもう※
五日市南	921-0017	11日(水)	10:00~11:00	園庭であそぼう※
美の里	922-6263	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	10日(火)	10:00~11:00	園庭開放
ひろみ	923-8288	30日(月)	9:30~11:30	親子であそぼうバンブルーム
杉並台	0829-86-0286	10日(火)	10:00~11:30	お楽しみコンサート
光禅寺	922-3948	5日(木)	10:00~11:30	キッズルームマーマ

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	18日(水)	10:00~11:00	一緒にあそぼう
サムエル美鈴が丘	928-4123	17日(火)	10:00~11:30	キッズクラブ
サムエル薬師が丘	928-1414	4日(水)	10:00~11:30	園バスでお出かけしよう※
五月が丘	941-2960	12日(木)	10:45~12:00	お弁当を作ろう※
五日市すみれ	926-2855	19日(土)	10:00~11:00	一緒にあそぼう

※学校名は、令和元年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール 最優秀賞(佐伯区長賞)受賞当時のものです