

くらしのガイド 東区版

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

地域支えあい課

☎568-7729、568-7731、568-7735 ㊟568-7790

- 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、③結核健診
- ※③はポイントの対象外です
- ㊟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
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
12/15(火)	中山台集会所	9:30~11:30

㊟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)
- ㊟年度末で40歳以上

期日	会場	時間
2/3(水)	戸坂川根集会所	9:00~11:00
2/8(月)	牛田公民館	

㊟1,100円

㊟予約ダイヤル(☎504-2298、平日午前9時~午後4時半)へ。先着順

- ①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
2/9(火)	区総合福祉センター	9:30~11:00
2/12(金)	戸坂川根集会所	
2/17(水)	温品集会所	

㊟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、市役所から送付する「受診券」を持参してください。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)を持参した人は無料です
- 右の二次元コードからネット予約も可能です



- 認知症など在宅介護者の会(ほほえみの会)の集い

認知症の人の介護についてさまざまな思いを話し、交流できる場です。

㊟認知症高齢者の家族

㊟12月3日(休)午前10時~正午 区総合福祉センター

- 東区ケアメンの会

介護についてのさまざまな思いを男性同士で話せる場、仲間づくりのできる場です。

㊟12月17日(休)午前10時~正午 区総合福祉センター

- 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

- 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。

㊟12月10日(休)、24日(休)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

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
12/15(火)	中山台集会所	9:30~11:30
1/12(火)	東浄集会所	

※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
1/12(火)	東浄集会所	胃がん 9:00~10:30 肺がん 9:00~11:30

㊟胃がん検診は事前に電話で同課へ

子育て

地域支えあい課

☎568-7729、568-7735 ㊟568-7790

- 離乳食教室

㊟9~12カ月児の保護者

㊟12月18日(金)午前10時~11時半 区総合福祉センター

㊟9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

- 東区子育て交流ひろば「ぽっぽひがし」

子育て中の親子が気軽に集い、くつろげる広場です。個別相談もできます。

㊟未就園児と保護者

㊟月曜日~金曜日の午前10時~正午、午後0時半~3時

日時	内容
12/15(火) 10:00~11:30	助産師による相談

家族介護教室

介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などについて学んでみませんか。

㊟高齢者を介護している家族や近隣の援助者

開催日時	テーマ	開催場所	申込先
12/8(火) 13:30~15:30	「在宅介護における福祉用具の活用について」	ラポーレひろしま(福田一丁目753)	ラポーレひろしま ☎899-0888

㊟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「ぽっぽでおしゃべり」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
12/18(金) 10:30~11:00	歯科衛生士による初めてのブラッシング講座 ㊟0~1歳児の親子	先着各15組
12/25(金) 10:30~11:00	クリスマスコンサート ㊟0~3歳児の親子	

㊟メールに参加希望日時、保護者の氏名、電話番号、子どもの名前(ふりがな)、子どもの年齢を記載し、前日の正午までに同課(ikuchan-hiroshimacity2006@docomo.ne.jp)へ

催しもの

東区社会福祉協議会

☎263-8443 ㊟264-9254

- 東区障害児親子教室「ちやいちやいくらぶ」冬休み教室

㊟区内在住で18歳以下の障害のある子どもと家族(原則親子で参加)

㊟12月26日(土)午前10時~正午 区総合福祉センター

㊟クリスマス会(オカリナ演奏、ビンゴゲーム)

㊟12月4日(金)午後5時までに電話かファクスで同会へ。先着30人

東区図書館

☎262-5522 ㊟264-2610 休月曜日、29日(火)~1月5日(火)

- おはなし会

㊟幼児、小学生と保護者

㊟12月19日(土)、27日(日)の午前11時から(※19日(土)はクリスマス会)

㊟絵本の読み聞かせ、手遊びなど

㊟当日先着4組

- おひざにだっこのおはなし会

㊟乳幼児と保護者

㊟12月9日(水)、23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、29日(火)~1月3日(日)

- スタイルUP(姿勢改善)教室

㊟18歳以上

㊟1月8日、15日、22日、29日、



㊟2月5日、19日、26日、3月5日、12日、19日の金曜日、午後2時~3時 ㊟各日600円

㊟12月3日(休)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

- ヒップUP教室

㊟18歳以上

㊟1月18日、2月1日、15日、3月1日、15日の月曜日、午前10時半~11時半 ㊟各日600円

㊟12月4日(金)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

- アクアビクス教室

㊟18歳以上

㊟1月15日、2月5日、19日、3月5日、19日の金曜日、午後1時半~2時半 ㊟各日600円

㊟12月2日(水)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

東区民文化センター

☎264-5551 ㊟264-5774 休月曜日、29日(火)~1月4日(月)

- きらり★邦楽 長唄細棹三味線の魅力

㊟12月2日(水)午後7時から

㊟伝統の江戸長唄から、現代の作品まで細棹三味線の魅力を紹介するコンサート

㊟2,000円(当日2,500円)

お知らせ

生活課

☎568-7725 ㊟264-5271

- 献血にご協力を

㊟12月11日(金)午前9時半~午後0時半、午後1時半~4時半

㊟マックスバリュ広島駅北口店 北側(若草町11-2)



お知らせ エキキタ・ドリミネーション開催中

個性豊かなイルミネーションを巡りながら、広島駅周辺エリアで冬のお散歩をお楽しみください。

㊟12月27日(日)まで

※店舗により異なる ㊟園地起こし推進課 (☎568-7704、㊟262-6986)



▲詳しくは上の二次元コードから



▲エキキターレ

幼稚園が子育てを応援します(12・1月分)

幼稚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、全ての幼稚園で実施しています。

園名	電話番号	日時	内容
(市立) 温品	289-3758	12/11(金) 9:30~11:30 1/26(火)	にこにこランド(楽器遊び) ㊟0~3歳児 にこにこランド(鬼面製作) ㊟0~3歳児
福木	899-2153	12/8(火) 9:30~11:30 12/15(火) 9:30~11:30 1/13(水) 9:30~12:30	季節の飾りを作ろう、楽器遊びをしよう ㊟0~4歳児 お楽しみ会に参加しよう ㊟満2~4歳児 凧や鬼のお面を作ろう、お弁当を食べよう ㊟満2~4歳児
矢賀	282-8483	12/8(火) 9:30~11:30 12/9(水) 9:30~11:30 12/15(火) 9:30~11:00 1/13(水) 9:30~11:30 1/19(火) 9:30~11:30 1/27(水) 9:30~11:30 1/29(金) 9:30~11:30	楽器で遊ぼう、12月生まれ誕生日会 ㊟0~3歳児 友達と一緒に季節の遊びをしよう ㊟満3歳児 園庭開放「なかよし広場」 ㊟0~3歳児 お正月遊びをしよう ㊟満3歳児 千支の飾りを作ろう、1月生まれ誕生日会 ㊟0~3歳児 お面を作ろう、豆まき遊び ㊟0~3歳児 園庭開放「なかよし広場」 ㊟0~3歳児
(私立) 安芸みのる	899-2364	12/7(月) 10:00~11:30 12/14(月) 10:00~11:30 1/18(月) 10:00~11:30	「KidsRoom」ともだちたくさんできるよ ㊟0~4歳児と保護者 【講師】永吉真由美氏
あやめ	221-3106	12/9(水) 13:30~15:00 1/20(水) 13:30~15:00	いっぱい遊ぼう! (2日前までに要予約)
比治山大学短期大学部付属	229-5581	12/2(水)~18(金) 10:00~12:50 12/10(木) 10:00~11:30 12/15(火) 10:00~12:50 12/16(水) 10:00~12:50 1/12(火)~27(水) 10:00~12:50 1/14(木) 10:00~11:30	すすくす学びの広場(園庭・保育室の開放) ㊟未就園児 タッチ&プレイ ㊟歩くまでの赤ちゃん クリスマスの飾りを作ろう(要予約) ㊟未就園児 すすくす学びの広場(園庭・保育室の開放) ㊟未就園児 タッチ&プレイ ㊟歩くまでの赤ちゃん
JOHOKU こどもアカデミー	229-0114	12/9(水)~10(木) 10:20~11:20 1/13(水)~14(木) 10:20~11:20 1/21(水) 10:30~12:00	未就園児親子教室(パンビ教室)「親子で一緒に遊ぼう!」 絵本、製作、歌(要予約) 園庭開放(雨天中止)
広島女学院ゲーンズ	228-6635	12/5(土) 9:30~11:30 1/23(土) 9:30~11:30	園庭開放 ファミリーデー
二葉	262-0027	12/9(水) 14:00~15:00	親子製作(要予約)
的場	261-1802	12/4(金) 10:30~11:45	園庭のみの開放(雨天中止)
ゆうき	229-4525	1/22(金) 9:40~10:40	たまごくらぶ(要予約) ※先着親子10組

※1月1日号には、区内の保育園の1月分と2月分の記事を掲載します

東区以外の区の「くらしのガイド」は、市ホームページの「広報」→「広報紙「ひろしま市民と市政」」でご覧になれます(アドレスは5頁下)。