

# 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。

## 健康

### 地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

### 2月の集団検診

※③はポイント対象外

①健康診査、②肺・大腸がん、③結核健康診断

☎①40歳以上の国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、②年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)、③年度末で65歳以上の人

期日	会場	時間
2/2(火)	江波集会所	9:30~11:30、13:00~15:00

※①③無料、②各400円

### 上記健診・検診を受診する人へ

がん検診は、生活保護世帯・市県民税非課税世帯(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  
☎「受診券」、健康診査を受診する人は保険証

### 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。  
☎12月17日(休)午前9時半~11時半(30分ごとの予約制)  
☎中保健センター  
☎電話で同課へ

### エイズの検査・相談(予約制)

12月1日は世界エイズデーです。この機会に検査や相談をしてみませんか。匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で分かります。  
☎①毎週月曜日の午後6時~7時40分、②毎週水曜日の午前9時~10時  
☎中保健センター  
☎電話で同課へ



### 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。  
☎12月10日(木)、24日(木)の午後1時半~3時  
☎中保健センター  
☎電話で同課地域支援第一係(☎504-2109)へ  
☎家族介護教室  
☎高齢者を介護している家族など  
☎12月8日(火)午後1時半~3時半  
☎悠悠タウン江波二本松(江波二本松二丁目6-27)  
☎自分の体を健康診断-体のメンテナンスをしていますか-  
☎悠悠タウン江波(☎296-4866、☎296-4818)

### 人生の最終段階-心づもりについて考えてみよう-

☎12月5日(土)午後2時~3時半  
【講師】①ほーむけあクリニック 理事長・小西太氏、②坂下法律事務所 弁護士・坂下宗生氏  
☎大手町平和ビル(大手町4丁目1-1)  
☎電話で地域保健対策協議会(☎504-6681)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
1/14(木)	舟入公民館	9:30~11:30

※肺がん検診を同時に受診可

## 催し

### 中央公民館

☎221-5943、☎221-5118  
☎火曜日、30日(水)~1月3日(日)

### 趣味教養講座「お正月のフラワーアレンジメント作り」

☎20歳以上  
☎12月28日(月)午前10時~正午  
【講師】松尾千代子氏(プチフローラ花工房・松尾)  
¥1,700円

☎花を切るためのハサミ、持ち帰り用の袋、手拭きタオル  
☎12月25日(金)までに電話か直接同館へ。先着20人。 ※申し込みが12人に満たない場合は中止

### 竹屋公民館

☎☎241-8003  
☎火曜日、30日(水)~1月3日(日)

### クリスマスコンサート

☎12月12日(土)午後1時半~2時半  
☎ギターとマンドリンの生演奏  
【出演】竹屋ギター・マンドリンアンサンブル

### 舟入公民館

☎☎295-5003  
☎火曜日、30日(水)~1月3日(日)

### 日本文化伝承講座「干支かざりを作ろう」

☎小学生とその保護者  
☎12月19日(土)午前10時~11時半  
☎竹を使って新年の干支「丑」の置物作り  
☎12月12日(土)までに電話か直接同館へ。先着7組

### 吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127  
☎火曜日、30日(水)~1月3日(日)

### 花と緑で彩る「吉島ふれあいコンサート」

-ブラジル音楽の世界へようこそ-  
☎12月20日(日)午後2時~3時半  
☎ギターで奏でるブラジル音楽  
☎12月19日(土)までに電話か直接同館へ。先着30人  
☎吉島おもちゃ病院  
☎12月20日(日)午前10時~午後3時(受け付けは正午まで)  
☎壊れたおもちゃの修理



### 中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447  
☎月曜日、29日(火)~1月5日(火)

### 図書館であそぼう「バッグにお絵かき」

☎小学生以上(小学校低学年は保護者同伴)  
☎12月13日(日)午後1時半~3時半  
☎開館30周年にちなんだイラストを使って、布製バッグにお絵かき  
【講師】イラストレーター・梶川ゆう子氏  
☎電話、ファクスか直接同館へ。先着15人  
☎おはなしワールド「わくわくクリスマス」

### 幼児・児童と保護者

☎12月19日(土)午後2時~3時  
☎絵本の読み聞かせ  
【講師】おはなしエルマー・おはなしバスケット  
☎当日直接同館へ。先着6組

### 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  
☎水曜日、29日(火)~1月3日(日)

### リズムdeトレーニング♪

リズムに合わせたトレーニングを体験し、さまざまなスポーツでの競技力向上を目指します。  
☎小・中学生  
☎12月11日(金)午後5時~6時半  
¥500円  
☎電話か直接同館へ。先着24人  
☎目指せオリンピック! フェンシング

フェンシングの技術習得のためのプログラムを1日体験型で行います。

☎小学生以上  
☎12月19日(土)午後7時~8時  
¥大人260円、小学生~高校生150円(大体育室使用料)  
☎電話か直接同館へ。先着5人

### 吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231  
☎水曜日、29日(火)~1月3日(日)

### ホットヨガ

☎18歳以上  
☎12月7日、14日、21日の月曜日、午前10時~11時  
☎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)  
¥各日600円  
☎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)

☎生後4~6カ月の乳児の保護者  
☎12月11日(金)午前10時~11時  
☎中保健センター  
☎離乳食の進め方について  
☎電話で地域支えあい課(☎504-2528)へ。先着10人程度

### 離乳食教室(お誕生日頃編)

☎生後9~12カ月の乳児の保護者  
☎12月18日(金)午前10時~11時  
☎中保健センター  
☎お誕生日の頃の離乳食の進め方について  
☎電話で地域支えあい課(☎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

### 1月の乳幼児の健康相談室

期日	会場	時間
1/20(木)	本川児童館	9:30~11:00

### 身長・体重測定や育児相談

☎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  
☎電話で地域支えあい課(☎504-2109)へ



## お知らせ

### 看護職員の再就業を支援するための無料相談会

☎保健師、助産師、看護師、准看護師の有資格者で未就業者  
☎12月3日(木)午後1時半~3時半  
☎大手町平和ビル(大手町4丁目1-1)  
☎県看護協会(☎293-9786、☎295-6749)

## 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。  
☎各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



園名	電話番号	日時(12月)	内容
基町	221-5303	5日(土) 10:00~11:00	サタデー広場(5組)
竹屋	241-1860	19日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
吉島	243-0022	10日(木) 10:00~11:00	作ってかざろう※(10組)
本川	292-4470	19日(土) 10:00~11:30	サタデー広場※(5組)
神崎	231-7831	2日(水) 10:00~11:00	絵本を楽しもう※(4組)
舟入	232-3698	12日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
江波	231-7934	5日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
江波第二	292-8166	4日(金) 10:00~11:00	わらべうたあそび※(5組)
ゆりかご	241-6989	毎週水曜日 10:00~12:00	園庭開放※
報恩	231-5439	12日(土) 10:00~12:00	わかばママ・パパ応援教室※
広島YMCA	227-2884	12日(土) 10:00~15:00	育児面接相談(育児全般について)※
ルーテル	241-2479	16日(水) 10:00~11:00	クリスマスを楽しもう、身体測定※(5組)
真和	231-9718	8日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう
千田	243-2766	12日(土) 10:00~12:00	わかばパパ・ママ応援教室※
ともえ	228-6088	19日(土) 10:00~11:00	クリスマスを楽しもう! ※(5組)
かおる	291-0321	15日(火) 10:30~11:30	わかばパパ・ママ応援教室※
リトルメイト	244-2525	18日(金) 10:00~11:00	作って遊ぼう(クリスマス飾りを作ろう)※(5組)
りらくす十日市	961-4570	11日(金) 10:00~11:00	クリスマス飾りを作ろう※(5組)
りらくす竹屋	207-1821	24日(木) 10:00~11:00	クリスマス会※(5組)
りらくす	208-5600	24日(木) 10:00~11:00	クリスマス会※
クローバー	240-0788	24日(木) 10:00~11:00	クリスマス会※(5組)
ちゃいるどふれんどりい	541-2162	26日(土) 14:00~16:00	クリスマス会※
花キュー	293-2667	8日(火) 10:00~11:00	運動あそび※(10組)
慈光	241-8059	18日(金) 9:30~10:30	オープンガーデン きらきら公園で自由に遊ぼう! ※
安田幼稚園	221-2763	5日(土) 10:15~11:15	園庭開放※
広島三育学院	241-3010	10日(木) 10:00~11:00	クリスマスグッズ作り※
吉島	244-2225	4日(金) 10:00~11:00	園庭開放(雨天中止)
たちばな	243-5174	随時 -	電話による育児相談
広島中央	246-4094	11日(金) 10:00~11:30	自由参観、園庭開放
聖母	221-3207	随時 -	電話による育児相談
基町	228-3888	8日(火) 9:30~11:30	「あきシニアアンサンブル」音楽鑑賞、12月の誕生会

## 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。



会場・問い合わせ	オープンスペースの名称	日時
竹屋公民館 ☎同公民館(☎241-8003)	子育て「ばんぷー」	12/11(金) 10:00~12:00
舟入公民館	みんなdeサロン	①12/7月10:50~、12/21月10:00~、10:50~の2部制 ②12/14月9:30~11:00
☎①前日までに電話で同館(☎295-5003)へ。先着各8組 ②電話で中保健センター(☎504-2109)へ ※②の内容は育児相談		
江波集会所	江波っ子の集い	12/3(木)
☎舟入公民館(☎295-5003)		10:00~12:00
舟入児童館 ☎舟入公民館(☎295-5003)	ちびっ子ひろば	12/16(水) 10:00~12:00
地域交流センター「バルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば		12/18(金)
☎舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405) 問い合わせ時間(火・金曜日)10:00~12:00		10:00~11:30
吉島公民館	オープンスペースしゅーぽぽ	12/14(月)
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着15組		10:00~11:30
中島集会所	中島子育てサロン	12/7(月)
☎吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着10組		10:00~12:00
吉島福祉センター	オープンスペース吉島東	12/17(木)
☎吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着20組		10:00~12:00
千田児童館	オープンスペース千田	12/18(金)
☎同児童館(☎244-8030) 問い合わせ時間13:00~18:00		10:00~11:30
本川児童館	オープンスペースぽっぽ	12/16(水)
☎同児童館(☎293-1373) 問い合わせ時間13:00~18:00		9:30~11:30

※開催については、各問い合わせ先に確認してください