

# くらしのガイド 佐伯区版

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今後、本紙掲載の催しなどが中止となる可能性があります。詳しい開催状況は、各催しなどの主催者にお問い合わせください。

## 健康

※会場の表記のないものは区役所別館で実施します

### 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)、②肺がん・大腸がん検診、③結核健診  
※③はポイント対象外  
①②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

※①③無料、②各400円  
受診券(①と③は保険証も)  
④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
5/20(木)	湯来南公民館	9:00~11:30
5/30(日)	八幡公民館	9:00~11:00
6/3(木)	サンピアゆき	9:00~11:30
6/10(木)	杉並台コミュニティセンター	9:00~11:00
6/14(月)	湯来農村環境改善センター	9:00~11:30
6/17(木)	区役所別館	9:00~11:30
6/18(金)	サンピアゆき	9:00~11:00

■胃がん検診(X線)  
①年度末で40歳以上  
¥1,100円  
受診券  
④予約制(注)

期日	会場	時間
5/7(金)	美鈴が丘公民館	9:00~11:00
5/20(木)	湯来南公民館	9:00~11:30
5/30(日)	八幡公民館	9:00~11:00
6/3(木)	サンピアゆき	9:00~11:30
6/10(木)	杉並台コミュニティセンター	9:00~11:00
6/14(月)	湯来農村環境改善センター	9:00~11:30
6/17(木)	区役所別館	9:00~11:30
6/18(金)	サンピアゆき	9:00~11:00

■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)  
¥①1,000円、②1,500円  
受診券  
④予約制(注)

期日	会場	時間
5/7(金)	美鈴が丘公民館	9:00~11:00
5/14(金)	八幡公民館	9:30~11:00
5/20(木)	湯来南公民館	
6/3(木)	サンピアゆき	9:00~11:30
6/17(木)	区役所別館	
6/28(月)	石内福祉センター	9:30~11:00

■ミニ人間ドック  
※健康診査、肺がん・大腸がん・胃がん・子宮頸がん・乳がんの検診を同時に受診することができます

す。対象者、自己負担金、持参する物は各健診・検診と同様です。予約制(注)

期日	会場	時間
5/20(木)	湯来南公民館	9:00~11:30
6/3(木)	サンピアゆき	9:00~11:30
6/17(木)	区役所別館	9:00~11:30

(注)胃がん、子宮頸がん・乳がん検診、ミニ人間ドックは予約制です(先着順)  
④4月15日(木)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

■栄養相談日  
④健診の結果が気になる人、子どもの食事に困りごとがある人など  
④4月14日(水)午前9時半~11時  
④管理栄養士による食事相談、汁物の塩分チェックなど  
④電話で同課へ

■男性介護者の集い  
④介護をしている男性  
④4月13日(火)午前10時~正午  
④座談会(情報交換)など  
④電話で同課(☎943-9728)へ

■認知症の人と家族の会  
④認知症の家族がいる、認知症に関心のある人など  
④4月15日(木)午後1時半~3時半  
④講座「認知症とお薬」  
【講師】しみず薬局薬剤師・山下大介氏  
④4月14日(水)までに電話で同課(☎943-9728)へ

■こころの相談  
④4月15日(木)、5月6日(木)の午後1時半~3時  
④精神科医による個別相談  
④電話で同課(☎943-9733)へ。先着各日2人

原爆被害対策部 援護課  
☎504-2195 ㊟504-2257  
被爆者胃がん、肺がん検診  
期日 会場 時間  
5/7(金) 美鈴が丘公民館 9:00~10:30  
※胃がん検診は予約制  
④電話で同課へ

被爆者子宮がん、乳がん検診  
期日 会場 時間  
5/7(金) 美鈴が丘公民館 9:30~11:00  
5/14(金) 八幡公民館  
※子宮がん、乳がん検診は予約制  
④電話で同課へ

投票所が変わります  
4月25日(日)の参議院広島県選出議員再選挙では次の投票所を変更します。  
投票区 変更前 変更後  
第8(楽々園一~六丁目にお住まいの人) 楽々園公民館 楽々園小学校体育館  
④区選挙管理委員会(☎943-9753、㊟923-5098)

## 子育て

■常設親子交流の場「おやっこさえき」  
親子が自由に集い、触れ合い・交流する場です。これからお母さん、お父さんになる人も大歓迎です!

④市内に在住の妊婦、0歳~就学前の子どもと保護者  
④月~金曜日(祝・休日は除く)の午前10時~午後0時15分と午後0時45分~3時(入れ替え制)  
④区役所別館  
④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8組(週2枠まで予約可)

■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行っています。子どもの成長や発達、子どもとの関わり方など子育て全般について、必要なこと、不安なことがあれば、お気軽にご相談ください。  
※保健センターは身体計測のみ。相談希望者には、後日、保健師から電話します  
④電話で地域支えあい課(☎943-9733)へ

期日	場所	時間
5/10(月)	五月が丘公民館	①9:30~10:00 ②10:00~10:30 ③10:30~11:00
5/13(木)	藤の木公民館	10:30
5/20(木)	美鈴が丘公民館	11:00
5/25(火)	保健センター	【要予約】 予約人数は、場所によって異なります。
5/26(水)	観音台公民館	

## 催し

佐伯区スポーツセンター  
☎924-8198 ㊟924-8199  
休火曜日

■お手軽! プラティス  
④おのおおね15歳以上  
④4月7、14、21、28日の水曜日午後7時15分~8時15分  
④体幹の筋力強化や柔軟性の向上が期待できるエクササイズ  
¥各日500円  
④当日午後6時45分から窓口で受け付け。先着各日15人

図書館湯来河野閲覧室  
☎0829-40-4005 ㊟0829-83-0134  
休月曜日、30日(金)

■おはなし会  
④4月10日(土)午前11時から  
④絵本の読み聞かせなど  
■BOOK-KIDS  
④4月22日(木)午前10時~正午  
④絵本の読み聞かせなど  
■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。  
④4月29日(日)午後1時~3時  
【講師】漫画家・甲斐さゆみ氏  
④来館か電話、ファクスで同館へ。先着10人

## 佐伯区図書館

☎921-7560 ㊟924-0742  
休月曜日、30日(金)

■おはなし会  
④幼児・児童と保護者  
④4月10日(土)午前11時からと、24日(土)午後2時からの各回約30分  
④区民文化センター  
④絵本の読み聞かせなど  
④当日会場。先着各日16人  
■乳幼児向けおはなし会  
④乳幼児と保護者  
④4月28日(水)午前10時半からと、

テーマと内容	期間
「若者よ、大志を抱け!」伝記や半生記、冒険に挑む人々の話などに関する本の展示	4/29(木)まで
「本はともだち -ずっと!もっと!だいすきな本-」読み継がれてきた定番の本の展示	4/17(土)~5/16(日)

## 犬の登録受け付けと狂犬病予防注射を実施します

生後91日以上の犬は、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。佐伯区では、下の表の日程で巡回実施します。  
※5月分の日程は、5月1日号でお知らせします

4月16日(金)	
会場	時間
五月が丘第一公園	9:50~10:00
五月が丘第三公園	10:10~10:25
石内公民館裏の駐車場	10:40~10:55
利松第二公園	11:10~11:50
八幡東公民館駐車場	13:00~13:15
皆賀園	13:35~13:45
美鈴が丘南街区集会所	14:05~14:20
美鈴が丘東第三公園	14:35~14:50

※雨天決行  
④登録手数料3,000円、注射済票交付手数料620円、予防注射料金2,550円から  
④動物管理センター(☎243-6058、㊟243-6276)

## 音訳ボランティア入門講座

「音訳」とは、視覚に障害のある人に向けて、声で情報をお届けするボランティア活動です。あなたの「声」を生かして、ボランティア活動を始めてみませんか?

期日	内容	講師	時間
5/14(金)	・「視覚障害の理解」 ・視覚障害体験	視覚障害者のついで「白い三輪車の会」	
5/21(金) 5/28(金) 6/4(金)	・音訳とは ・テキスト学習 音声表現技術について	五日市音訳グループ	13:30~15:30
6/11(金)	・テキスト学習 ・「ボランティア」って難しい?	五日市音訳グループ 社会福祉協議会職員	

④ボランティア活動に関心があり、パソコンの基本操作(文字入力)が可能  
④佐伯区地域福祉センター(区役所別館5階ボランティア研修室)  
¥300円(テキスト代込み)  
④5月7日(金)までに電話かファクスで区社会福祉協議会へ。先着15人  
④同協議会(☎921-3113、㊟924-2349)

## 保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(4月)

④通園していない乳幼児と保護者  
④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
あい保育園城山	961-3320	28日(水)	10:00~10:30	こどもの日の集いに参加しよう※
幼稚園名				
ひろみ	923-8288	28日(水)	10:30~12:00	園庭開放(雨天中止)
藤の木	927-5064	17日(土)	10:00~12:00	こいのぼり制作をしましょう
杉並台	0829-86-0286	27日(火)	10:00~11:30	こいのぼり作り

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	21日(水)	10:00~11:00	園庭開放※
サムエル美鈴が丘	928-4123	21日(水)	10:00~11:30	キッズクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	26日(月)	10:00~11:30	わらべうたであそぼう※
五日市すみれ	926-2855	15日(木)	10:00~11:00	一緒にあそぼう