

くらしの西区版 ガイド

区役所各課への問い合わせなどは5月6日(木)からお願いします。

健康

生活課

☎294-6109 ㊟294-6311

献血にご協力を

会場	実施日時
献血ルーム「ピース」	9:00~12:00 13:30~17:00
献血ルーム「もみじ」	5/17(月) 10:30~13:30 15:00~18:30

※献血ルーム「ピース」はサンモール前、「もみじ」は本通電停前にあります

原爆被害対策部援護課

☎504-2195 ㊟504-2257

被爆者健康診断

会場	実施日時
井口台集会所	5/18(火) 9:30~11:30 13:00~15:00
井口集会所	5/21(金) 9:30~11:30
三篠公民館	5/31(月)
己斐上公民館	6/11(金) 9:30~11:30 13:00~15:00
三篠公民館	6/14(月)

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者がん検診

子宮がん・乳がん検診	
会場	実施日時
漁民会館	5/24(月) 9:30~11:00
区地域福祉センター	6/1(火)

☎子宮がん・乳がん検診は予約制。電話で同課へ

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235 ㊟294-6113

精神科医師による心の健康相談

☎5月13日(木)、27日(土)の13:30~15:00

☎区地域福祉センター4階

☎不眠や対人関係、物忘れなど

☎前日までに電話で同課(☎294-6384)へ。先着各回3人

ひまわり会

☎心の病気を抱える人の家族

☎5月20日(木)13:30~15:30

☎区地域福祉センター4階

☎座談会でお互いの悩みを語り合い、理解を深め合う

☎前日までに電話で同課(☎294-6384)へ

認知症の人と家族の会

☎5月12日(水)13:00~15:00

☎区地域福祉センター3階

☎日頃の介護の悩みを話し合う座談会

☎電話で地域包括支援係(☎294-6289)へ

胃がん検診

☎今年度末で40歳以上の入

☎7月6日(火)9:00~11:00

☎観音新町会館

¥1,100円

☎電話かファクスで集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、㊟504-2258 平日の9:00~16:30)へ

※年度末で50歳以上の人は、医療機関や市健康づくりセンターでは、胃内視鏡検査が選択可。詳細は電話で同課(☎294-6235)へ

- ①子宮頸がん、②乳がん検診
- ☎①受診時に20歳以上の女性、②今年度末で40歳以上の女性
- ※いずれも受診は2年に1回

会場	実施日時
区地域福祉センター	7/2(金) (乳がんのみ) 18:00~19:30
草津東集会所	7/20(火) 9:30~11:00
区地域福祉センター	7/26(月)

☎①1,000円、②1,500円
☎電話かファクスで集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、㊟504-2258 平日の9:00~16:30)へ

注のついた健診などを受診する人へ

☎受診券、健康診査を受診する人は健康保険証

☎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か、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料

エイズ相談・抗体検査

☎毎週(火)9:00~10:00

☎区地域福祉センター2階

☎エイズに関する個別相談、抗体検査(必要な人のみ)を匿名で行います

☎肝炎・梅毒検査も同時に実施可

☎電話で同課(☎294-6235)へ。先着3人

栄養相談日

☎5月25日(火)9:30~11:30(1人30分程度)

☎区地域福祉センター2階

☎管理栄養士による食生活の個別相談、みそ汁の塩分測定など

☎電話で同課(☎294-6235)へ。先着4人

子育て

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235 ㊟294-6113

健康相談室

☎乳幼児と保護者

☎5月11日(火)9:30~11:00

☎区地域福祉センター2階

☎保健師、管理栄養士による乳幼児の身体測定や育児相談

☎前日までに電話で同課(☎294-6384)へ。先着20組

マタニティデイ

☎妊婦

☎5月13日(木)13:15~14:15

☎区地域福祉センター3階

☎助産師による「おっぱいについて」のお話

☎前日までに電話で同課(☎294-6384)へ

離乳食教室スタート編

☎4~6カ月児の保護者(子連れも可)

☎5月27日(木)10:00~11:00

☎区地域福祉センター2階

☎離乳初期を中心とした離乳食の進め方(お話・調理実演・相談)

☎電話で同課(☎294-6235)へ。先着10人

離乳食教室お誕生日頃編

☎9~12カ月児の保護者(子連れも可)

☎5月28日(金)10:00~11:00

☎区地域福祉センター3階

☎離乳後期を中心とした離乳食の進め方(お話・メニューの展示・相談)

☎電話で同課(☎294-6235)へ。先着20人

地域子育て支援センター

☎503-6288 ㊟294-6113

新米ママの育児相談会

☎区内に在住で生後3カ月未満の第1子と保護者

☎5月18日(火)10:00~11:00

☎区地域福祉センター2階

☎保育士による手遊び、ふれあい遊び、保健師による「赤ちゃんとの生活で気をつけたいこと」のお話

☎電話で。先着6組

オンラインおしゃべり広場「ニコたん るんるん 広場」

子どもや保護者がストレスを発散し安心して過ごせる場所として、動画アプリZoom上で気軽に交流できる「おしゃべり広場」を開設しています。

☎市内に在住の3歳以下の乳幼児と保護者

☎区HPに掲載

☎区HPから指定のメールアドレスへ

催し

地域起こし推進課

☎532-0927 ㊟232-9783

やまなみハイキング

☎5月15日(土)8:30集合

【集合の場】滝の観音教順寺(己斐上五丁目57-1)

【Aコース(健脚者向け)】

滝の観音→大茶臼山→延命地藏→高峠山→宗箇山→御鉢山墓苑→やん谷→上観音・岩観音(昼食)→丸山→畑峠→大茶臼山→滝の観音(約7時間)

【Bコース(初心者向け)】

滝の観音→大茶臼山→畑峠→鉢投げ峠→宗箇山(昼食)→双子岩→みたきさくら広場(約5時間)

☎電話か区HPで、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、住所、電話番号、希望のコースを5月7日(金)12:00(必着)までに。抽選各コース20人

西区スポーツセンター

☎272-8211 ㊟272-8242 (休)

ひろしまっ子! スポーツフェスタ「トランポリンで遊ぼう!」

☎小学生

☎5月5日(祝)の①10:30~12:00、②13:30~15:00

☎当日会場で受け付け

ワンポイントレッスン【プール編】

☎小学生以上の初心・初級者

☎5月15日(土)14:00~15:00

☎泳ぎ方や水中運動の方法をワ

ンポイントアドバイス

☎大人490円、高校生*以下・65歳以上240円(施設利用料)

☎5月1日(土)9:00から直接か電話で。先着4人

運動ギライの人のためのピラティス&ストレッチ

☎18歳以上

☎6月3、10、17、24日の(木)、13:00~14:00

☎運動が苦手な人でも気軽に参加できます。楽しく体を動かして運動嫌いを克服しよう!

☎各日600円

☎5月15日(土)9:00から直接か電話で。先着各日12人

メタバ&ロコモ予防「水中運動」

☎40歳以上

☎6月4日(金)、18日(金)の10:30~12:00

☎プールで水中歩行や水中運動を行う ☎各日600円

☎5月15日(土)9:00から直接か電話で。先着各日16人

スポーツキッズ トランポリン

☎小学生

☎6月5日(土)9:30~11:00

☎トランポリンを使って体のいろいろな動かし方を身に付けよう!

☎600円

☎5月15日(土)9:00から直接か電話で。先着30人

水に慣れよう 夏までに「めざせ! 5m」

☎水が苦手な小学生

☎6月12、19、26、7月3日の(土)、9:30~11:00

☎水慣れから始めてクロール5mを目指す ☎各日700円

☎5月15日(土)9:00から直接か電話で。先着各日24人 ※1人1回のみ

親子ふれあいキャッチボール教室

☎年長幼児~小学生と保護者

☎6月19日(土)9:30~11:30

☎親子でキャッチボールをしてストラックアウトにチャレンジ!

ジ!

☎600円

☎5月15日(土)9:00から直接か電話で。先着40組

コジマホールディングス 西区民文化センター

☎234-1960 ㊟293-1860 (休)(3日を除く)

古今亭菊志ん独演会

☎5月15日(土)14:00開演

☎広島出身の真打落語家による独演会シリーズ。第33回となる今回は、皆実高校出身の古今亭菊志ん氏が出演

【演目】御神酒徳利ほか

☎前売り2,000(当日2,500)円

☎電話かファクスで。要予約

コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ㊟295-9287 (休)(3日を除く)、6日(木)、21日(金)~28日(金)

えほんくらぶ

☎乳幼児と保護者

☎5月14日(金)11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

☎当日15分前から整理券を配布。先着4組

おはなしキャンドル

☎幼児以上

☎5月8日(土)11:00から

☎昔話やわらべうたなど

☎当日15分前から整理券を配布。先着4組

テーマ別図書の展示

テーマ	期間
にんきのえほん だいしゅうごう (幼児・児童向け)	5/30(日)まで
音楽をたのしむ (一般向け)	

お知らせ

ひとり親家庭の母と父、寡婦のための特別相談

☎5月19日(火)14:00~17:00

☎区地域福祉センター4階

☎弁護士による養育費、借金、遺産相続などの法律相談

☎電話か直接、福祉課(☎294-6342)へ。先着4人

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。区では下表の日程で巡回実施します。

☎5月26日(水)

会場	時間	会場	時間
井口公民館駐車場(井口鈴が台二丁目14-8)	10:00~10:20	山田公園(山田新町一丁目27)	11:30~11:45
井口台東第二公園(井口台一丁目15)	10:35~10:55	草津第一公園(草津東二丁目20)	13:00~13:20
田方第四公園(田方二丁目1)	11:10~11:15	JA広島市古江支店駐車場(古江東町8-8)	13:40~14:10
		観音公園(観音町9)	14:30~14:50

☎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
☎動物管理センター(☎243-6058、㊟243-6276)

いっしょに遊ぼう 常設オープンスペース にしくニコニコひろば

☎市内在住の3歳未満の乳幼児と保護者

☎(月)~(金)(祝・休を除く)の10:00~11:15、11:45~13:00、13:30~14:45

☎区地域福祉センター4階

☎予約制。電話で地域子育て支援センターへ。先着各回12組

☎地域子育て支援センター(☎503-6288、㊟294-6113)



りほ 莉穂ちゃん(1歳1ヶ月)とお母さん