

くらしのガイド 中区版



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、催しなどが中止になる場合があります。開催状況は各主催者にお問い合わせください。

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

1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結核健診、④胃がん(X線検査)

①40歳以上の国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、②④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
来年1/17(月)	舟入公民館	9:00~11:00
1/25(火)	江波東集会所(町民会館)	9:30~11:30

※④は1/17(月)のみ

※①③無料、②各400円、④1,100円

④は先着順で要予約。予約は集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日9:00~16:30)か市HPで

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。

11月25日(火)9:30~11:30(30分ごとの予約制)

場中保健センター

☎直接か電話で

エイズの検査・相談

匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で分かります

11月(月)の18:00~19:40、(火)の9:00~11:00

場中保健センター

☎直接か電話で

栄養相談日

12月7日(火)13:30~15:30(30分ごとの予約制)

場中保健センター

管理栄養士による食生活の個別相談

☎直接か電話で

専門医による心の健康相談

心の不調などで悩んでいる人やその周りの人

11月11日(水)、25日(火)の13:30~15:00

場中保健センター

☎直接か電話で、同課地域支援第一係(☎504-2109)へ

被爆者を対象とした ゆったりのびのび交流会

被爆者健康手帳を持つ人

11月25日(火)13:30~15:30

場中保健センター

「お部屋で、お手軽♪ ところとからだのリフレッシュ体操」

【講師】健康運動指導士・大背戸まりこ氏

☎直接か電話で

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

被爆者健康診断

12月13日(月)9:30~15:00

(※11:30~13:00は受け付けできません)

場舟入むつみ園

※肺がん検診を同時に受診可

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

(火)、3日(祝)、24日(水)

リモート公民館ひろしまライブ2021(オンライン)

市内の公民館で活動するグループの発表を配信します。

11月21日(日)12:00~16:00

演劇、演奏、歌などの発表

※当日の発表会は公民館HP、右の二次元コードからWEB配信になります



竹屋公民館

☎☎241-8003

(火)、3日(祝)、24日(水)

平和大通り樹木探索のつどい秋編

「平和大通り樹の会」による樹木解説を聞きながら、平和大通りを歩きます(小雨決行)。

11月14日(日)9:30~12:00

場平和記念資料館東館北側集合

平和記念公園から新己斐橋へ向かっての樹木探索会

☎帽子、水筒(飲み物)、筆記用具

☎直接か電話で。先着30人

舟入公民館

☎☎295-5003

(火)、3日(祝)、24日(水)

パパのためのベビーマッサージ

2カ月~1歳2カ月までの乳幼児とパパとママ

11月21日(日)①10:30~11:00、②11:30~12:00

¥500円

☎バスタオル2枚

☎前日までに直接か電話で。先着各4組

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

(火)、3日(祝)、24日(水)

Yoshijima Wild Life講座「はじめてのボルダリング」

18歳以上

12月4日(土)10:00~12:00

場pb climbing MARINAHOP(西区観音新町四丁目14-35)

☎ボルダリングの体験会

【講師】笹木靖志氏

¥1,500円

☎汚れてもいい服装、着替え、靴下(薄手)、タオル、飲み物

12月2日(水)17:00までに直接か電話で。先着15人

中図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

(休)月、4日(水)、24日(水)、30日(火)

おはなしワールド

11月20日(土)14:00~14:30

場絵本の読み聞かせ

【講師】この本だいすきの会

☎当日会場で。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

(休)水

ベビーヨガ

6カ月~1歳半の乳幼児と保護者

11月13日(土)10:00~11:00

☎ヨガのポーズを基に赤ちゃんに触れながらエクササイズ。心身のリフレッシュを図り、親子の信頼感を育みます

¥700円/組

☎直接か電話で。先着12組

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

(休)水

アクアズンバ

中学生以上

11月5日、12日、19日、26日(金)、19:30~20:30

☎ラテンのリズムに乗りながら、水中で楽しくダンス

¥各日600円

☎直接か電話で。先着各日20人

子育て

地域支えあい課

☎504-2109、☎504-2175

12月の乳幼児の健康相談室

期日	会場	時間
12/1(水)	吉島公民館	9:30~11:00
12/3(金)	竹屋公民館	9:30~11:00
12/7(火)	中保健センター	13:30~15:00
12/8(水)	白島老人集会所	9:30~11:00
12/9(木)	江波児童館	9:30~11:00
12/13(月)	舟入公民館	9:30~11:00
12/15(水)	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。身体測定を希望する人はフェイスタオル

☎直接か電話で

離乳食教室(スタート編)

11月19日(金)10:00~11:00

場中保健センター

☎離乳食の進め方など

☎直接か電話で同課地域支援第二係(☎504-2528)へ。先着10人程度

離乳食教室(お誕生日頃編)

12月3日(金)10:00~11:00

場中保健センター

☎お誕生日頃の離乳食の進め方

☎直接か電話で同課地域支援第二係(☎504-2528)へ。先着8人程度



人生会議 -人生の最終段階について考えよう-

「医師が父親(医師)にACP(人生会議)を訊いてみた」

12月4日(土)15:00~16:00 場中保健センター

【講師】はしもと内科院長・橋本義政氏

☎中区地域保健対策協議会(☎504-6681、☎504-6685)へ

☎先着30人。WEB配信による視聴も可

※感染症の流行状況によってはWEB配信のみになります



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(11月)	内容など
保育園	基町	221-5303	9日(火) 10:00~11:00	自然物で遊ぼう※(5組)
	竹屋	241-1860	5日(金) 10:00~11:00	作って遊ぼう※(5組)
	吉島	243-0022	4日(木) 10:00~11:00	作ってかざろう※(5組)
	本川	292-4470	20日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	神崎	231-7831	13日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	舟入	232-3698	10日(水) 10:00~11:00	わらべうたで遊ぼう※(5組)
	江波	231-7934	9日(火) 10:00~11:00	自然物であそぼう※(5組)
	江波第二	292-8166	24日(水) 10:00~11:00	わらべうたあそび※(5組)
	ゆりかご	241-6989	毎週(水) 10:00~12:00	園庭開放※
	報恩	231-5439	13日(土) 10:00~12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	4日(木) 9:30~10:30	園庭開放※(3組)
	広島YMCA	227-2884	13日(土) 10:00~15:00	育児面接相談(心の問題と発達について)※
	ルーテル	241-2479	17日(水) 10:00~11:00	音楽鑑賞会※(5組)
	真和	231-9718	16日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう
	千田	243-2766	9日(火) 10:20~10:40	親子でふれあい遊び※(5組)
	ともえ	228-6088	13日(土) 10:00~11:00	リズムあそびをしよう ※(5組)
	かおる	291-0321	18日(木) 10:00~11:00	園庭開放
	リトルメイト	244-2525	12日(金) 10:00~11:00	2歳児クラスと一緒に遊ぼう※(5組)
	りらくす十日市	961-4570	25日(木) 10:00~11:00	ベビーマッサージ※(5組)
りらくす竹屋	207-1821	19日(金) 10:00~11:00	リズムあそび※(5組)	
りらくす	208-5600	19日(金) 10:00~11:00	ベビーマッサージ※(5組)	
クローバー	240-0788	18日(木) 10:00~11:00	おはなし会(人形劇を見よう)※(5組)	
ちやいるどふれんどりい	541-2162	19日(金) 10:00~11:00	落ち葉拾い※(2組)	
こども園	順正寺	241-7062	毎週(木) 18日以外 10:00~11:00	園庭で遊ぼう(雨天中止)※(5組)
	流川	221-5493	17日(水) 10:00~11:00	わらべうたベビーマッサージ※(5組)
	慈光	241-8059	26日(金) 9:30~10:30	あおぞら読み聞かせ会※
幼稚園	安田	221-2763	6日(土) 10:10~11:10	園庭開放※(要HP予約)
	広島三育学院	241-3010	11日(木) 9:40~11:00	ふれあい遊び※(要HP予約)
	吉島	244-2225	18日(木) 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	18日(木) 10:00~11:30	園庭開放、自由参観
	聖母	221-3207	随時	電話による育児相談

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
中央公民館	ちゅうこう ①オンラインで開催 ②Happyコンサート	①11/5(金)・ ②11/19(金) 10:00~12:00
☎同公民館(☎221-5943、☎221-5118)	①先着20組、②先着25組	
基町児童館	ぼかぼか	11/11(木)
場中央公民館(☎221-5943、☎221-5118)		10:00~11:30
袋町児童館	エンジェルズ ポーチ Angel's Pouch	11/5(金)、19(金)
☎同児童館(☎244-4029)	問い合わせ時間13:00~18:00	10:30~12:00
竹屋公民館	子育て「ばんぷー」	11/12(金)
☎同公民館(☎241-8003)		10:00~12:00
舟入公民館	ぶっかぶっか舟入	11/15(月)、22(月)、 29(月)、12/6(月)
☎直接か電話(☎295-5003)で。先着各7組		10:00、10:50からの 2部制
舟入児童館	ちびっ子ひろば	11/17(水)
場舟入公民館(☎295-5003)	当日先着15組	10:00~12:00
江波集会所	江波っ子の集い	11/4(木)
場舟入公民館(☎295-5003)		10:00~12:00
地域交流センター「パルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば		11/19(金)
場舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405)	問い合わせ時間(火・金)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っぽ	11/8(月)
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127)	当日先着15組	10:00~11:30
吉島福祉センター	オープンスペース吉島東	11/18(木)
場吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127)	当日先着20組	10:00~12:00
吉島東児童館	吉島東子育てサロン	11/9(火)
場同児童館(☎249-8145)	問い合わせ時間13:00~18:30	10:30~11:30
千田児童館	オープンスペース千田	11/19(金)
場同児童館(☎244-8030)	問い合わせ時間13:00~18:00	10:00~11:30
本川児童館	オープンスペースぼっぼ	11/17(水)
場同児童館(☎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