

# くらしのガイド 南区版

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

### 地域支えあい課 地域支援第二係

☎250-4108 ☎254-9184

#### ■集団検診

①健康診査、②肺がん検診、③大腸がん検診、④骨粗しょう症検診、⑤結核健診

※⑤はポイント対象外

①～③は年度末で40歳以上(①国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、②③会社などで受診可能な人は除く)、④男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢、⑤年度末で65歳以上

期日	会場	時間
2/4(金)	宇品公民館	9:30～15:00
2/9(水)		9:30～11:30
2/28(月)	楠那公民館	9:00～11:00

①⑤無料、②③各400円、④1,000円

※大腸がん検診は、事前にかん検診受診券に同封のがきで採便容器を請求してください

☎当日会場で

⑥胃がん検診(X線検査・予約制) ⑦年度末で40歳以上(会社などで受診可能な人は除く)

期日	会場	時間
2/28(月)	楠那公民館	9:00～11:00

¥1,100円

☎⑥の予約は市HPか集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日9:00～16:30)へ。先着順

広島市 集団検診

上記の集団検診を受ける人へ ※受診の際には、「受診券」を持参してください。健康診査を受診する人は、「保険証」が必要です ※生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時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です

#### ■健康相談(予約制)

血圧や血糖値が高め、食事や運動習慣を見直したいなど、医師、管理栄養士、保健師にご相談ください。

☎12月15日(水)9:30～11:00

☎区役所別館

☎電話かファクスで

### 地域支えあい課 地域支援第一係

☎250-4133 ☎254-9184

#### ■医師による心の健康相談(予約制)

ゆううつ、夜眠れない、人とうまく付き合えない、お酒の問題、認知症などで悩んでいる人や周りの人の相談に専門医師が応じます。秘密は厳守します。

☎12月2日(水)の13:30～15:00、16

日(木)の13:30～15:00

☎区役所別館

☎前日までに電話で

### 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
12/21(火)	区役所別館	9:30～11:30
12/24(金)	仁保公民館	
1/11(火)	段原集会所	
1/12(水)	段原公民館	

※肺がん検診を同時に受診可

#### ■被爆者胃がん・肺がん検診

期日	会場	時間
12/21(火)	区役所別館	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30

#### ■被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
12/15(水)	区役所別館	9:30～11:00

※胃がん検診、子宮がん検診・乳がん検診は予約制

☎電話で同課へ

### +400ml献血にご協力+

日時	会場
12/4(土)	9:30～12:00 仁保公民館

☎生活課(☎250-4103、☎254-9184)

## 子育て

### 地域支えあい課 地域支援第一係

☎250-4133 ☎254-9184

#### ■離乳食教室(予約制)

教室のほかに離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が応じます。☎生後4～6カ月児の保護者

☎12月8日(水)10:00～11:00

☎区役所別館

☎離乳食の進め方の話と調理実演

☎電話で

#### ■おっぱいバイバイ講座(予約制・オンライン)

☎乳幼児の保護者 ☎12月7日(火)13:30～14:30 ☎卒乳についての話

☎電話で

## 催し

### 地域支えあい課 地域支援第一係

☎250-4133 ☎254-9184

#### ■障害福祉相談会

☎12月14日(火)10:30～12:00(受け付けは11:30まで)

☎区役所別館

☎福祉サービス利用の相談や障害のある人や関係者からの相談に応じます

☎電話かファクスで

### 南区図書館

☎251-1080 ☎252-4120 (休月、1日(水)、29日(水)～1月4日(火))

#### ■おはなし会

☎幼児から ☎12月11日(土)11:00から

☎南区民文化センター

☎絵本の読み聞かせなど

☎当日会場で。先着9組

#### ■こぐまちゃんクラブ

☎乳幼児と保護者

☎12月14日(火)の①10:30から、②11:05から、18日(土)の11:00から

☎南区民文化センター

☎絵本の読み聞かせやわらべうたなど

☎当日会場で。先着9組

### 南区スポーツセンター

☎251-7721 ☎251-7701 (休火、29日(水)～1月3日(月))

#### ■からだスッカリ体操

☎おおむね40歳以上

☎1月23日(日)9:30～11:00

☎身体の機能向上が期待できる体操を体験してみませんか

¥600円

☎来館か電話で。先着15人

#### ■いきいき健康広場

☎おおむね40歳以上

☎1月7日、21日の(金)の13:30～15:00

☎健康体操と7日はストレッチポールとインドアクップなど、21日はバドミントン

¥各回500円

☎来館か電話で。先着各回16人

#### ■いきいき宇品健康広場

☎おおむね40歳以上

☎1月14日、28日の(金)の13:30～15:00 ☎宇品体育館

☎健康体操と14日はミニテニス、28日はバドミントン

¥各回500円

☎来館か電話で。先着各回16人

### 南区民文化センター

☎251-4120 ☎256-8811 (祝日を除く月、29日(水)～1月3日(月))

#### ■話芸に親しむパート127

☎12月25日(土)14:00から

☎南区民文化センター

☎市内で活躍している、広島演芸協会による落語のお笑い寄席

¥事前予約は700円、当日券1,000円。チケットは、当日同センターにて販売。事前予約受け付け中

☎電話かホームページで

南区老人クラブ連合会主催

## 高齢者囲碁大会 参加者募集

来年11月に神奈川県で開催予定の「ねんりんピックかながわ2022」出場の区予選会も兼ねています。



☎区内に在住で来年度60歳以上の人(昭和38年4月1日以前生まれ)

☎12月10日(金)13:30～17:30 ☎区役所別館

¥会員100円、一般500円

【クラス区分】A組(段) B組(級)に分けて実施

☎住所・氏名・生年月日・電話番号・囲碁段級位を記入し、12月3日(金)【必着】までに、会員は各学区会長経由、一般は往復はがきかファクスで南区老人クラブ連合会事務局(〒734-0022 南区東雲三丁目16-32 東雲老人福祉センター内)へ ☎同事務局(☎・☎284-4331)

## 12月1日は「世界エイズデー」

感染が分かるのは検査だけです (無料・匿名・即日)

HIVウイルスに感染し、治療しないしているとエイズを発症します。感染していても、数年～数十年は無症状の場合が多く、感染しているかどうかは検査を受けなければ分かりません。感染を早期に発見することで、エイズの発症を抑えることや、周りの人へ感染を広げないための予防ができます。

また、エイズを発症しても治療により進行を防ぐことができます。自分のためにも、大切な人へ感染を広げないためにも、まずは検査を受けましょう。リスクのある人は定期的な検査を習慣にしましょう。

■定期検査(予約制)  
☎毎週火曜日 9:30～11:00 ☎区役所別館  
☎地域支えあい課地域支援第二係(☎250-4108、☎254-9184)

■臨時検査(予約不要)  
☎12月3日(金)9:30～11:30 ☎区役所別館