

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。市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは1月4日(火)から。

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

予約が必要な検診は、1月4日(火)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9:00~16:30)へ。インターネット予約も可。

- ①健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査など)
②肺がん・大腸がん検診
③結核健診

㊟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

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

①③無料、②各400円
受診券(①③は保険証も)
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

ミニ人間ドック
※健康診査、胃がん(X線)・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がんの検診を同時に受診できます。対象者、自己負担金、持参物は各健診・検診と同様

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

受診券
☎電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

胃がん検診(X線)
年度末で40歳以上

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

①③無料、②各400円
受診券
☎電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

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)

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

①1,000円、②1,500円
受診券
☎電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

いきいき健康相談
おおむね40歳以上
1月27日(木)14:00~16:00

医師・管理栄養士・保健師による個別相談
☎電話で。先着4人

こころの相談
1月20日(木)、2月3日(木)の13:30~15:00

精神科医による個別相談
☎電話(☎943-9733)で。先着各2人

原爆被害対策部 援護課
☎504-2195 ㊟504-2257

被爆者健康診断

健康診断日程表: 期日、会場、時間のリスト

※肺がん検診を同時に受診できます

被爆者胃がん、肺がん検診

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

※胃がん検診は予約制
☎電話で

被爆者子宮がん、乳がん検診

検診日程表: 期日、会場、時間のリスト

※予約制
☎電話で

催し

佐伯区図書館

☎921-7560 ㊟924-0742
休(月)(10日は除く)、1日(祝)、2日(日)、4日(火)、11日(火)、28日(金)

おはなし会
幼児・児童と保護者
1月15日(土)11:00、22日(土)の14:00から各約30分
区民文化センター

さえきサロンコンサート出演団体募集

6月~来年3月の期間内にコンサートができるグループ(自主的にコンサートが企画運営できること)
所定の応募用紙で必要事項を2月27日(日)までに区民文化センターへ。応募用紙は同センターか同センターHPで
☎921-7550、㊟921-9898
休(月)(10日は除く)、1月1日(祝)、2日(日)

廿日市税務署からのお知らせ

所得税の確定申告相談
期日 会場 相談時間
1/25(火)~3/15(火) 廿日市税務署 9:00~17:00
(土、日、祝は除く) 受け付けは8:30~16:00
※会場の混雑緩和のため、入場整理券が必要です。入場整理券はLINEでの事前予約(1月中旬ごろから受け付け)か会場での当日配布で
☎廿日市税務署 ☎0829-32-1217(代表)

絵本の読み聞かせなど
当日会場。先着各16人
ジュニア鳥講座 わたしたちのまわりには鳥たちを知ろう!
小・中学生(保護者同伴可)
1月29日(土)10:00~12:00
区民文化センター
【講師】日本野鳥の会広島県支部・白比野政彦氏
1月5日(火)9:00から窓口か電話、ファクスで。先着30人

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005 ㊟0829-83-0134
休(月)(10日は除く)、1日(祝)、2日(日)、4日(火)、11日(火)、28日(金)

おはなし会

1月8日(土)11:00~11:30
絵本の読み聞かせなど
BOOK-KIDS

乳幼児と保護者
1月27日(木)10:00~12:00
絵本の読み聞かせなど

佐伯区スポーツセンター

☎924-8198 ㊟924-8199
休(火)、1日(祝)~4日(火)

スポーツキッズ

小学生
1月15日(土)9:30~11:00
マット運動や跳び箱に挑戦
¥500円

1月5日(火)9:00から電話か窓口で。先着24人

スポーツワンポイント指導(プール)

小学生以上
1月15日(土)の15:00~16:00、17日(月)、27日(木)の14:00~15:00
¥無料(施設利用料金は必要)

水泳や水中運動の基本について、1人10分程度のワンポイントアドバイス
1月5日(火)9:00から電話か窓口で。先着各5人

湯来体育館

☎0829-40-5100 ㊟0829-86-1600
休(火)、1日(祝)~4日(火)

湯来フットサルフレンドリーマッチ

高校生*以上(相互審判ができるチーム)
2月12日(土)19:00~22:00(18:00から練習可能)

リーグ戦形式で対戦
¥1チーム2,000円
1月8日(土)10:00~22日(土)に電話か窓口で。抽選5チーム(1チーム10人まで)

お知らせ

献血にご協力を
400mlのみ受け付け。
所要時間は15分程度

献血日程表: 期日、場所、時間のリスト

園生活課(☎943-9725、㊟923-1611)

点訳ボランティア入門講座
2月4日、18日、25日、3月4日、11日の(金)、10:00~12:00(全5回)

視覚障害の理解、点字の学習
区役所別館
☎電話かファクスで区社会福祉協議会へ。先着15人
☎921-3113、㊟924-2349

子育て

常設親子交流の場「おやっこさえき」

市内在住の未就園児と保護者
平日(1月3日(月)~5日(水)は除く)10:00~12:15と12:45~15:00(入れ替え制)

電話で利用希望日の前週(月)~前日に、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)

ひとり親家庭・寡婦特別相談
1月20日(木)14:00~17:00

弁護士による養育費、親権、借金問題などの無料法律相談
区役所別館
☎電話で福祉課へ。先着4人
☎943-9732、㊟923-1611

金問題などの無料法律相談
区役所別館
☎電話で福祉課へ。先着4人
☎943-9732、㊟923-1611

佐伯区長杯テニス大会

区内に在住、通勤、通学の中学生以上

1月23日(日)9:00から
区広域公園室内テニスコート
¥1ペア3,000円(中学生・高校生*は1ペア2,000円)

【種目】①男子ダブルスA~D級、②女子ダブルスA~D級
はがきで、参加種目、住所、氏名(ペア)、電話番号を、1月12日(水)(必着)までに、区体育協会テニス部(〒731-5128 佐伯区五日市中央五丁目3-1 吉岡道宏)へ
☎923-8182

ひとり親家庭のお仕事探しを支援します

児童扶養手当を受給中か、申請中の人
平日8:30~17:15
区役所別館
ハローワーク職員による求職支援
☎電話でハローワーク広島佐伯区就労支援窓口へ
☎同窓口(☎943-9754)、福祉課(☎943-9732、㊟923-1611)

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(1月)

通園していない乳幼児と保護者
各保育園・幼稚園・認定こども園
※は予約が必要です



保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(1月)の日程表

認定こども園名、電話、開催日、時間、内容のリスト

認定こども園名、電話、開催日、時間、内容のリスト