

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

予約が必要な検診は、4月15日(金)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

期日	会場	時間
5/26(木)	湯来南公民館	9:00~11:30
5/29(日)	八幡公民館	9:00~11:00
5/31(火)	区役所別館	9:00~11:30
6/7(火)		
6/10(金)	杉並台コミュニティセンター	
6/14(火)	サンピアゆき	9:00~11:00
6/15(水)	湯来農村環境改善センター	
6/23(木)	サンピアゆき	9:00~11:30

※①③無料、②各400円
持受診券(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

期日	会場	時間
5/26(木)	湯来南公民館	
5/31(火)	区役所別館	9:00~11:30
6/7(火)		
6/23(木)	サンピアゆき	

持受診券
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

期日	会場	時間
5/9(月)	美鈴が丘公民館	9:00~11:00
5/26(木)	湯来南公民館	9:00~11:30
5/29(日)	八幡公民館	9:00~11:00
5/31(火)	区役所別館	9:00~11:30
6/7(火)		
6/10(金)	杉並台コミュニティセンター	
6/14(火)	サンピアゆき	9:00~11:00
6/15(水)	湯来農村環境改善センター	
6/23(木)	サンピアゆき	9:00~11:30

¥1,100円 持受診券
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)

期日	会場	時間
5/9(月)	美鈴が丘公民館	9:00~11:00
5/16(月)	八幡公民館	9:30~11:00
5/26(木)	湯来南公民館	
5/31(火)	区役所別館	9:00~11:30
6/7(火)		
6/23(木)	サンピアゆき	
6/29(水)	石内福祉センター	9:30~11:00

¥①1,000円、②1,500円
持受診券
電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

■認知症の人と家族の会

認知症の家族がいる、認知症に関心がある人など

4月21日(木)13:30~15:30

講座「簡単ストレッチでリフレッシュ」

【講師】健康運動指導士・玉川真弓氏

持フェイスタオル
電話(☎943-9728)で4月20日(水)までに

■こころの相談

4月21日(木)13:30~15:00

精神科医による個別相談
電話(☎943-9733)で。先着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
5/9(月)	美鈴が丘公民館	9:00~10:30

※胃がん検診は予約制
電話で

■被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
5/9(月)	美鈴が丘公民館	9:30~11:00

※予約制
電話で

■無料招待 サンプルチェ広島を応援しよう!

5/3(祝) 柏レイソル戦(14:00キックオフ)

佐伯区・安芸郡に在住の人(1回の申し込みで2人まで)

場エディオンスタジアム広島 サポーターゾーン席

【応募方法】右下二次元コードか下記の応募フォームから、4月21日(木)までに、4月22日(金)までに当選者のアドレス宛に電子招待券(二次元コード)の受け取り方法などの案内メールが届きます。抽選2,000人(ペア1,000組)

◆応募フォームURL https://f.msgs.jp/webapp/form/20157_hvdb_595/index.do

※[@sanfrecce.co.jp]からのメール受信ができる設定でご応募ください

☎サンプルチェ広島(☎275-5032)

催し

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742 (休月)

おはなし会

幼児・児童と保護者
4月9日(土)11:00、23日(土)14:00から各約30分

場区民文化センター
絵本の読み聞かせなど
当日会場。先着各16人

■乳幼児向けおはなし会

乳幼児と保護者
4月27日(水)10:30、11:10から各約20分

場区民文化センター
絵本の読み聞かせなど
当日会場。先着各8組

佐伯区スポーツセンター

☎924-8198、☎924-8199 (休火)

■あつまれ! プールキッズ

水慣れを希望する小学生
4月23日(土)10:00~11:00

アクアヌードルなどを使って遊びながら水に慣れる

¥500円
4月1日(金)9:00から電話か窓口で。先着12人

■健康トレーニング
おむね40歳以上

4月14日、28日(木)、15:00から30分

家庭でできるエクササイズなどの健康増進プログラム

※施設利用料金が必要
当日会場。先着5人

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134 (休月)

■マンガイラスト教室
4月29日(祝)13:00~15:00

ぬり絵講座など
【講師】まんが家・甲斐さゆみ氏

来館か電話、ファクスで。先着15人

■おはなし会
4月9日(土)11:00から30分

絵本の読み聞かせなど

湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600 (休火)

■チャレンジキッズ(かけっこ)

小学生
5月14日(土)10:30~12:00

走り方を楽しく学ぶ
¥500円

4月15日(金)10:00から電話か窓口で。先着32人

思いをカタチにする「学び舎 佐助」

-視覚障がい者応援編-



視覚障害者をサポートする活動である「点訳」と「音訳」のボランティアを募集するため、各活動で全5回の入門講座を行います。

点訳講座		音訳講座	
日時	5/13、20、27、6/3、10の(金) 10:00~12:00	5/13、6/10の(金) 10:00~12:00	5/20、27、6/3の(金) 13:30~15:30
内容	・視覚障害の理解 ・点字の仕組みを知ろう	・視覚障害の理解 ・音訳表現技術を身に付けよう	

音訳講座は、パソコンの基本操作(文字入力)ができる人

場区役所別館

電話、ファクスか右の二次元コードにメールで、区社会福祉協議会へ。先着各15人

☎921-3113、☎924-2349



犬の登録受け付けと狂犬病予防注射の実施

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月分の日程は、5月1日号でお知らせします

※雨天決行

期日	会場	時間
4/15(金)	五月が丘第一公園	9:55~10:10
	五月が丘第三公園	10:25~10:40
	石内公民館裏の駐車場	10:55~11:10
	利松第二公園	11:25~11:50
	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	

※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

動物愛護センター(☎243-6058、☎243-6276)

子育て

■ひとり親家庭・寡婦特別相談

4月21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

場区役所別館
電話で福祉課へ。先着4人
☎943-9732、☎923-1611

■常設親子交流の場「おやこっこさえき」

市内に在住の未就園児と保護者

平日10:00~12:15、12:45~15:00(入れ替え制)

場区役所別館
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3組(週1枠まで予約可)

■乳幼児健康相談室

乳幼児と保護者

身体計測、育児相談

期日	場所	時間
5/9(月)	五月が丘公民館	
5/12(木)	藤の木公民館	9:30~10:00 10:00~10:30 10:30~11:00
5/19(木)	美鈴が丘公民館	
5/24(火)	保健センター	

※保健センターは身体計測のみ
※予約人数は、場所によって異なります

電話で地域支えあい課へ
☎943-9733、☎923-1611

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(4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

まつるよ



※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(木)	10:00~11:00	こどもの日の集いに参加しよう※
あい保育園三宅	533-8901	20日(水)	10:00~10:40	保育園であそぼう※
こころはるか	941-1101	19日(火)	10:00~11:00	ふれあいあそび※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
ひろみ	923-8288	27日(水)	10:30~12:00	園庭開放(雨天中止)
藤の木	927-5064	23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(水)	10:00~11:30	お庭であそぼう

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	20日(水)	10:00~11:00	園庭開放※
サムエル美鈴が丘	928-4123	20日(水)	10:00~11:30	キッズクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	25日(月)	10:00~11:30	わらべうたであそぼう※
五日市すみれ	926-2855	14日(木)	10:00~11:00	一緒にあそぼう※

※学校名は、令和3年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール最優秀賞(佐伯交通安全協会会長賞)受賞当時のものです