

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

10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結核健康診断、④胃がん(X線検査)、⑤乳がん

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今年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)、③今年度末で65歳以上の人、⑤今年度末で40歳以上の女性

種類	日時
①～④	10/19(水)9:00～11:00
①～③、⑤	10/28(金)18:00～19:30

☒吉島福祉センター

※①③無料、②各400円、④1,100円、⑤1,500円

☒予約は集団検診予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日9:00～16:30)へ

広島市 集団検診

検索

上記健診・検診を受診する人へ
☒受診券、健康診査を受診する人は保険証
☒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

専門医による心の健康相談

心の不調で悩んでいる人やその周りの人の相談に応じます。

☒8月25日(木)13:30～15:00(45分/1回) ☒中保健センター

☒前日までに電話で同課(☎504-2109)へ。先着2人

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

被爆者健康診断

☒8月17日(水)9:30～11:30

☒江波集会所

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者子宮がん・乳がん検診

☒8月31日(水)9:30～11:00

☒江波集会所

☒電話で

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

☒(火、6日(土)、11日(祝))

オンラインサマースクール「食塩水に液体せっけんを入ると固形せっけんに変身!」

☒小学生

☒8月20日(土)10:00～11:30

☒自宅など ※Zoomで参加

☒固形せっけん作りを通して考

える力を養う

【講師】広島文教大学学生団体「スマイルこねくと」

【準備物】液体せっけん、食塩、コーヒーフィルターなど

☒氏名、小学校名と学年、電話番号、Zoom経験の有無、使用端末機器を記入し、件名「食塩水でせっけん」とし、Eメール(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)で。先着20人

竹屋公民館

☎☎241-8003

☒(火、6日(土)、11日(祝))

おやこ自由研究クラブ

親子で一緒にさまざまな体験を楽しみます。

①消しゴムはんこ作り、②エアスポーツガンによる精密射撃競技

☒小学生と保護者(①②両方参加できる人)

☒①8月21日(日)10:00～12:00、②9月4日(日)11:00～12:00

☒1,000円/組

☒8月18日(木)までに直接か電話で。先着5組

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

☒(火、6日(土)、11日(祝))

ピースコンサートinよしじま
☒8月4日(木)18:30～19:45(開場18:00)

☒アイリッシュハーブとアコースティックギターの音が平和への思いを紡ぎます

【出演】アコースティックインストデュオさらさ

☒前日までに直接か電話で。先着40人

舟入公民館

☎☎295-5003

☒(火、6日(土)、11日(祝))

防犯講座「落語とコントで学ぶ『STOP!! 特殊詐欺!』」

☒8月18日(木)10:00～12:00

☒特殊詐欺の手口を知り、被害に遭わないための対策を学ぶ
☒前日までに直接か電話で。先着30人

中区図書館

(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

☒(月、12日(金))

おはなしワールド

☒幼児・児童と保護者

☒8月20日(土)14:00～14:30

☒絵本の読み聞かせなど
【講師】酒井貴子氏・木田和泉氏
☒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

☒(水)

シェイプ!フィットネスフラ

☒18歳以上

☒8月26日(金)13:30～14:30

☒ハワイアンミュージックに合わせて体幹力アップを目指す

☒¥500円

☒当日13時から窓口で。先着20人

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

☒(水)

水泳のツボ サンデー(クロール)

☒中学生以上で25m以上泳げる人

☒8月7日、21日(日)、10:00～11:30

☒クロールのコツや練習方法などのアドバイス ☒各日700円

☒直接か電話で。先着各日12人

子育て

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

離乳食教室(スタート編)

☒生後4～6カ月の乳児の保護者
☒8月9日(火)10:00～11:00

☒中保健センター

☒離乳食の進め方

☒電話で。先着10人程度

●教室のほか、管理栄養士による離乳食に関する電話相談も実施

お知らせ

中区民作品展の作品募集

作品は、来年2月2日(木)～5日(日)にJMSアステールプラザで展示します。

☒区内に在住・通勤・通学している人、区内を拠点に活動している個人・団体

【応募作品】絵画、書、写真、手芸、工芸、デザイン、彫刻、陶芸など

【部門】一般/中区の魅力紹介(区内の風景やイベントなどを題材にした作品)

☒所定の応募用紙を12月11日(日)までに同プラザへ。用紙は同プラザ、同プラザHP、区内の公民館で

☒☎244-8000、☎246-5808



おやこ運動教室

☒未就学児と保護者(①②両方参加できる人)

☒講義、実技

催し名	日時	場所
①室内編	8/24(水)14:00～15:30	中保健センター
②屋外編	8/30(火)10:00～11:30	中区スポーツセンター

持動きやすい服装、飲み物、タオル ※②のみ室内シューズ

☒電話かファクスで地域支えあい課へ。先着20組

☒☎504-2528、☎504-2175



糖尿病予防相談(全日参加)

催し名	日時	内容	場所
①基礎・食事編	8/25(木)10:00～11:30	講義	中保健センター
②お口の健康・個別相談編	9/2(金)10:00～12:00		
③運動編	9/9(金)10:00～12:00	講義、実技	

☒電話かファクスで地域支えあい課へ。先着25人(※②の個別相談のうち歯科に関する相談は先着8人)

☒☎504-2528、☎504-2175

高齢者スポーツ大会

「ねんりんピック」出場の区予選を兼ねています。

☒区内在住で来年度60歳以上の人

種目	開催日	予備日	場所	参加費	チーム	申込締切
ペタンク	9/12(月)	翌日	千田スポーツ公園	1人800円	4人※	8/29(月)
グラウンド・ゴルフ	10/13(木)				6人	9/2(金)

※うち1人は補欠。女性と70歳以上の人各1人以上

☒郵送でチーム代表者が参加費(郵便小為替)を同封して、各締切日までに中区老人クラブ連合会事務局(〒730-0036 中区袋町9-5)へ

☒☎246-2550

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(8月)	内容等	
保育園	基町	221-5303	27日(土) 10:00～11:00	サタデー広場 保育園で遊ぼう	
	神崎	231-7831	19日(金) 10:00～11:00	夏の遊び※(5組)	
	舟入	232-3698	17日(木) 10:00～11:00	夏の遊びを楽しもう※(5組)	
	江波第二	292-8166	20日(土) 10:00～11:00	サタデー広場※(5組)	
	ゆりかご	241-6989	3日(水) 10:00～12:00	うちわ作り・夏祭りごっこ※(5組)	
	報恩	231-5439	6日(土) 10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)	
	中島	241-7775	3日(水) 9:30～10:30	園庭開放※(3組)	
	広島YMCA	227-2884	6日(土) 10:00～15:00	育児相談(心の問題と発達)※	
	ルーテル	241-2479	3日(水) 10:00～11:00	夏を楽しもう※(5組)	
	真和	231-9718	23日(火) 10:00～11:30	園庭で遊ぼう	
	千田	243-2766	9日(火) 10:00～11:00	マリンバ演奏会※(5組)	
	ともえ	228-6088	6日(土) 10:00～11:00	ひんやり気持ちいいな!※(5組)	
こども園	かおる	291-0321	18日(木) 10:00～11:00	園庭開放	
	リトルメイト	244-2525	5日(金) 10:00～11:00	夏の遊びを楽しもう※(5組)	
	りらくす白島	225-7572	5日(金) 10:00～11:00	感触遊びを楽しもう※(5組)	
	りらくす日市	961-4570	19日(金) 10:00～11:00	すいか割りを楽しもう※(5組)	
	りらくす竹屋	207-1821	9日(火) 10:00～11:00	手作りおもちゃを作ろう	
	りらくす舟入	208-5600	5日(金) 10:00～11:00	感触遊びを楽しもう※(5組)	
	幼稚園	順正寺	241-7062	4日(木)、25日(木) 10:00～11:00	園庭開放※(5組)
		安田	221-2763	随時	-
		聖母	221-3207	随時	電話による育児相談
		広島中央	246-4094	18日(木) 10:00～11:30	未就園児クラスの見学
		広島三育学院	241-3010	29日(月) 9:30～10:30	電話による育児相談
		たちばな	243-5174	29日(月) 9:30～11:00	親子で楽しく英語遊び
慈光		241-8059	26日(金) 9:30～10:30	1日体験入園(要予約)HPで確認	
吉島		244-2225	随時	-	
				つみきであそぼ!先生のまねっこだできるかな?	
				電話による育児相談	

子育てオープンスペース

0歳から3歳までの子どもたち、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
自宅など	オンラインちゅうこう	
☒氏名、電話番号、Zoom経験の有無、使用端末を記入し、件名「ちゅうこう8月5日」とし、Eメール(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)で。先着20組		8/5(金) 10:00～12:00
☒中央公民館(☎221-5943、☎221-5118)		
中央公民館	ちゅうこう	8/19(金) 10:00～12:00
☒同公民館(☎221-5943、☎221-5118) 当日先着20組		
竹屋公民館	子育て「ばんぼう」	8/12(金) 10:00～12:00
☒同公民館(☎241-8003)		
中島集会所	中島子育てサロン	8/1(月) 10:00～11:30
☒吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着10組		
吉島福祉センター	オープンスペース吉島東	8/18(木) 10:00～12:00
☒吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着20組		
舟入公民館	ぷっかぷっか舟入	8/22(月)、9/5(月)の10:00、10:50の2部制 8/29(月)10:00～11:00
☒電話(☎295-5003)か直接同館へ。先着各7組		

※開催については、各問い合わせ先に確認してください