

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、8月1日(月)9:00～受診希望日の前日に集団検診予約専用ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258、平日の9:00～16:30)へ。インターネット予約も可

期日	会場	時間
10/23日	区役所別館	9:00～11:30

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今年度末で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今年度末で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

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今年度末で40歳以上の女性(いずれも受診は2年に1回)

①1,000円、②1,500円

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、持参する物は各健診・検診と同様

①1,000円、②1,500円

高齢者スポーツ大会

区シニアクラブ連合会が中心となり、スポーツ大会を開催します。区内に在住で昭和39年4月1日以前に生まれた人

	ペタンク	グラウンドゴルフ
開催日	9月15日(木) 受け付け8:30 ※雨天の場合は翌日	10月1日(土) 受け付け8:30 ※雨天の場合は翌日
会場	五日市中央公園 (五日市中央六丁目1-10)	五日市港グラウンド (五日市港一丁目1)
チーム編成	1チーム3人 チーム内に女性1人以上	個人戦
参加費	1人700円(区シニアクラブ会員200円)	
申込締切	9月5日(月)	9月16日(金)
申込方法	非会員は電話で同連合会事務局へ	
☎	同事務局(☎、☎943-3357)	

※期日、会場、時間は健康診査と同じ

認知症の人と家族の会

9月1日(木)13:30～15:00
①区役所別館、②湯来南公民館、③石内公民館

世界アルツハイマーデー記念講演会-コロナと認知症-

【講師】グループホーム悠 介護支援専門員・河井裕子氏

※①の講演の様子を②、③で同時にオンラインで配信

☎電話で同課(☎943-9728)へ

①管理栄養士による個別相談

☎電話で。先着3人

①8月18日(木)、9月1日(木)の13:30～15:00

☎電話で同課(☎943-9733)へ。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

期日	会場	時間
8/16(火)	区役所別館	9:30～11:30
8/19(金)	五月が丘公民館	
8/31(水)	薬師が丘第一集会所	
9/2(金)	八幡公民館	
9/5(月)	藤の木公民館	
9/7(水)	美鈴が丘公民館	
9/12(月)	河内公民館	
9/14(水)	皆賀公民館	

※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
8/16(火)	区役所別館	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30
8/19(金)	五月が丘公民館	9:00～11:30
8/30(火)	区役所別館	9:00～10:30
8/31(水)	薬師が丘第一集会所	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30
9/2(金)	八幡公民館	
9/5(月)	藤の木公民館	
9/12(月)	河内公民館	
9/14(水)	皆賀公民館	9:00～11:30

☎電話で(肺がん検診は予約不要)

被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
8/29(月)	八幡東公民館	9:30～11:00
8/30(火)	区役所別館	

☎電話で

催し

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742
(休月、12日(金))

歴史講座「厳島神社大鳥居の扁額」

9月3日(土)10:00～12:00
区民文化センター

【講師】県立広島大学名誉教授・秋山伸隆氏

8月2日(火)9:00から窓口か電話、ファクスで。先着30人

おはなし会

幼児・児童と保護者

8月20日(土)11:00、27日(土)14:00から各約30分

区民文化センター

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)

命をまもる「浮いて待て」

小学生と保護者

9月10日(土)17:00～18:30

水難事故から命を守るための浮き方をプールで実践

¥500円

☎電話か窓口で。先着12組

お手軽！パワーヨガ

おむね15歳以上

8月1日、8日、22日、29日の(月)、19:15～20:45

フィットネスの要素を多く取り入れたヨガ

¥各500円

☎電話か窓口で。先着各30人

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134
(休月、12日(金))

おはなし会

8月13日(土)11:00から30分

絵本の読み聞かせなど

BOOK-KIDS

乳幼児と保護者

8月25日(木)10:00～12:00

絵本の読み聞かせなど

湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600
(休火)

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)

9月10日(土)19:00～22:00(18:00から練習可)

他のチームと交流試合

¥1チーム2,000円

☎電話か窓口で、8月13日(土)10:00～27日(土)に。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

期日	場所	時間
8/21(日)	ファミリータウン広電楽々園	10:00～12:00 13:15～16:00

☎生活課(☎943-9725、☎923-1611)

募集 「佐伯区民作品展」作品募集!

区内に在住、通勤、通学か区内で創作活動をしている人

11月6日(日)～13日(日)
区民文化センター

【部門】絵画、書、写真、彫刻、陶芸、手工芸など

【点数】1人1点

所定の申込用紙で8月2日(火)～9月15日(木)(消印有効)に。申込用紙は同センター、区役所、区内各公民館などで。先着80点

☎921-7550、☎921-9898 (休月)



↑ 昨年の作品展の様子

募集 常設親子交流の場「おやこっこさえき」見守りボランティア大募集!

子育てにひと段落した人、興味のある人など

「おやこっこさえき」を利用する親子が安心安全に遊べるための見守りボランティア。

1回3時間、1カ月1回程度

区役所別館

☎窓口に電話で、地域子育て支援センターへ

☎921-5010



区の花「コスモス」の種を配布中!

数量限定なのでお早めに。

各公民館、地域起こし推進課(区役所2階)

☎943-9705、☎943-9718



子育て

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(8月12日(金)～16日(火)を除く)10:00～12:15と12:45～15:00(入れ替え制)

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)か地域支えあい課へ。または子育て応援アプリ「母子モ」で。先着各回8組(週1枠まで予約可)

☎同課(☎943-9733、☎923-1611)

乳幼児健康相談室

乳幼児と保護者

身体計測・育児相談

9/2(金) 皆賀公民館

9/5(月) 坪井公民館

9/8(木) 彩が丘公民館 9:30～10:00
10:00～10:30

9/12(月) 五月が丘公民館 10:30～11:00

9/15(木) 八幡公民館

9/27(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(8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

まってるよ



五日市南保育園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
花ぞの	927-8801	17日(水)	10:00～11:00	色水であそぼう*
ひまわりいしうち	929-2011	18日(木)	10:00～11:00	水遊びを楽しもう*
あい保育園城山	961-3320	20日(土)	10:00～11:00	保育園で一緒にあそぼう*
あい保育園三宅	533-8901	4日(木)	10:00～10:40	保育園であそぼう*
吉見園	943-7801	(月)～(金)	10:00～11:00	いっしょにあそぼう*
こころはるか	941-1101	23日(火)	10:00～11:00	わっしょい!お祭りだ*
石内	941-0506	20日(土)	10:00～11:00	サタデー広場*
河内	928-0311	20日(土)	10:00～11:00	サタデー広場*
利松	928-7277	27日(土)	10:00～11:00	サタデー広場*
八幡東	928-1855	9日(火)	10:00～11:00	パネルシアターを楽しもう*
八幡	928-0400	18日(木)	10:00～11:00	夏のあそびを楽しもう*
千同	922-7766	3日(水)	10:00～11:00	夏のあそびを楽しもう*
五日市南	921-0017	22日(月)	10:00～11:00	体を動かしてあそぼう*
美の里	922-6263	20日(土)	10:00～11:00	サタデー広場*

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
ひろみ	923-8288	29日(月)	9:30～11:30	親子で遊ぼう!パンビルーム*
藤の木	927-5064	1日(月)	10:00～12:00	水あそびをしましょう

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
サムエル薬師が丘	928-1414	3日(水)	10:00～11:30	水あそびしよう*
五日市すみれ	926-2855	25日(木)	10:00～11:00	運動あそび