

# 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、9月1日(木)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

- 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

| 期日       | 会場            | 時間          |
|----------|---------------|-------------|
| 11/2(水)  | 湯来南公民館        | 9:30～11:30  |
|          | 杉並台コミュニティセンター | 13:30～14:30 |
| 11/25(金) | サンピアゆき        | 9:30～11:30  |
|          | 湯来農村環境改善センター  | 13:30～14:30 |

※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

- ①子宮頸がん検診
- ②乳がん検診

①②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)

| 期日       | 会場       | 時間         |
|----------|----------|------------|
| 11/11(金) | 区役所別館    | 9:30～11:00 |
| 11/30(水) | 五日市中央公民館 | 9:30～11:00 |

※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

### 歯科相談日

☎市内に在住の20歳以上

☎9月22日(木)13:30～15:00

☎歯科医師による健診など

☎電話で。先着9人

### こころの相談

☎9月15日、10月6日の(木)、13:30～15:00

☎精神科医による個別相談

☎電話で同課(☎943-9733)へ。先着各2人

### 区精神保健福祉家族会(つむぎ会)一般公開講座

☎9月30日(金)13:30～15:00

☎講演「精神疾患を持つ方への家族対応のコツ」

【講師】第2心療クリニックコモリ工院長・土岐茂氏

☎電話か、ファクスで電話番号を同課(☎943-9733)へ。先着50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         |
|---------|--------------------|------------|
| 9/15(木) | 石内福祉センター           | 9:30～11:30 |
| 9/21(水) | 八幡東公民館<br>五日市中央公民館 |            |
| 9/26(月) | 区役所別館<br>坪井公民館     |            |

※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   |
|---------|--------------------|--|
| 9/15(木) | 石内福祉センター           | 9:00～10:30<br>(胃がん)<br>9:00～11:30<br>(肺がん) |
| 9/21(水) | 八幡東公民館<br>五日市中央公民館 |  |
| 9/26(月) | 区役所別館<br>坪井公民館     |  |

☎電話で(肺がん検診は予約不要)

## 催し

### 佐伯区民文化センター

☎921-7550、☎921-9898  
(休月)(19日は除く)

### ふれあいコンサート

☎乳幼児と保護者

☎9月29日(木)10:30～11:30

☎読み聞かせと和楽器演奏

【出演】箏曲グループ玄恵会おとぎ組

☎当日会場。先着15組

### 佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742  
(休月)(19日は除く)、20日(火)、27日(火)、30日(金)

### 工作教室「かんたん! かわいい! ハロウィンのミニバッグをつくろう!」

☎小学生と保護者

☎10月2日(日)10:00～12:00

☎区民文化センター

【講師】ラッピング協会選奨講師・薄井貴絵氏

☎9月1日(休)9:00から電話かファクス、窓口で。先着20組

### 図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134  
(休月)(19日は除く)、20日(火)、27日(火)、30日(金)

### おはなし会

☎9月10日(土)11:00から30分

☎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)

### 親子でベビーヨガ

☎0歳児と保護者

☎10月1日、15日の(土)、10:30～11:30 ※各600円

☎開催前月の同日から電話か窓口で。先着各12組

### 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)

☎10月8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、9月10日(土)10:00～24日(土)に。抽選5チーム(1チーム10人まで)

## お知らせ

### ひとり親家庭・寡婦特別相談

☎9月15日(木)14:00～17:00

☎区役所別館

☎弁護士による養育費、親権、借金問題などの無料法律相談

☎電話で福祉課へ。先着4人

☎☎943-9732、☎923-1611

### 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                        |
|---------|----------------|---------------------------|
| 9/4(日)  | フレスタ河内店        | 9:00～12:00                |
|         | 西広島リハビリテーション病院 | 14:00～16:30               |
| 9/18(日) | 五日市中央公民館       | 9:00～12:00<br>13:00～16:00 |

☎生活課(☎943-9725、☎923-1611)

## 訂正とお詫び

区報さえき8月1日号7面「被爆者健康診断」の美鈴が丘公民館の開催時間に誤りがありました。

訂正してお詫びいたします。  
【訂正箇所】  
(誤)9:30～11:30、13:00～15:00  
(正)9:30～11:30

## 子育て

### 常設親子交流の場

「おやっこさえき」



☎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)

☎区役所別館

☎子育て応援アプリ「母子モ」で、利用希望日の前週(月)～当日に。先着各回5組(週1枠まで予約可)

☎地域支えあい課(☎943-9733、☎923-1611)

### 育児講座「子どもの目の病気と3歳児健診」

☎乳幼児の保護者

☎10月6日(木)13:00～14:00

☎①区役所別館(託児なし)、②オンライン

【講師】広兼眼科医師・広兼知加氏

☎子育て応援アプリ「母子モ」で。先着①5人、②100人

☎地域支えあい課(☎943-9733、☎923-1611)

### 石窯で仕上げる! 親子でピザ教室

☎小学生と保護者

☎10月1日(土)10:00～13:00

☎湯来西公民館

☎ピザ作りと試食

※1人300円

☎電話で地域支えあい課へ。先着8家族

☎☎943-9731、☎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

| 期日       | 場所       | 時間                                       |
|----------|----------|--|
| 10/13(木) | 藤の木公民館   | 9:30～10:00<br>10:00～10:30<br>10:30～11:00 |
| 10/17(月) | 八幡東公民館   |  |
| 10/18(火) | 石内北学区集会所 |  |
| 10/20(木) | 美鈴が丘公民館  |  |
| 10/25(火) | 保健センター   |  |
| 10/26(水) | 観音台公民館   |  |

※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(9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



五日市駅前保育園の先生

※は予約が必要です

| 保育園名     | 電話           | 開催日     | 時間          | 内容           |
|----------|--------------|---------|-------------|--------------|
| にじ       | 943-6040     | 14日(水)  | 10:00～10:40 | いっしょにあそぼう※   |
| 花ぞの      | 927-8801     | 21日(水)  | 10:00～11:00 | パネルシアターをみよう※ |
| ひまわりいしうち | 929-2011     | 8日(木)   | 10:00～11:00 | 園庭で遊ぼう※      |
| きらら      | 943-6790     | 15日(木)  | 10:00～11:00 | ペーパーシアター※    |
| あい保育園城山  | 961-3320     | 10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     | 28日(水)  | 10:00～10:40 | 保育園で遊ぼう※     |
| 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     | 13日(火)  | 10:00～11:00 | お月見ごっこ※      |
| 湯来       | 0829-83-0534 | 27日(火)  | 10:00～11:00 | 運動遊びを楽しもう※   |
| 石内       | 941-0506     | 3日(土)   | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 河内       | 928-0311     | 10日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 八幡東      | 928-1855     | 17日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 八幡       | 928-0400     | 10日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 千同       | 922-7766     | 3日(土)   | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 坪井       | 921-1595     | 10日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 三筋       | 923-3733     | 24日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 鈴峰園      | 921-1594     | 10日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 五日市中央北   | 922-6334     | 10日(土)  | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 五日市駅前    | 923-7959     | 3日(土)   | 10:00～11:00 | サタデー広場※      |
| 五日市南     | 921-0017     | 17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              |
|---------|--------------|--------|-------------|-----------------|
| 楽々園ルンビニ | 921-0300     | 3日(土)  | 10:00～11:30 | キッズクラブ※         |
| ひろみ     | 923-8288     | 26日(月) | 9:30～11:30  | 親子であそぼう!パンビルーム※ |
| 藤の木     | 927-5064     | 3日(土)  | 10:00～12:00 | お月見製作をしましょう     |
| 杉並台     | 0829-86-0286 | 28日(水) | 10:00～11:30 | 運動会ごっこ          |

| 認定こども園名  | 電話       | 開催日    | 時間          | 内容          |
|----------|----------|--------|-------------|-------------|
| 五日市乳児    | 922-2244 | 21日(水) | 10:00～11:00 | 一緒に遊ぼう※     |
| サムエル美鈴が丘 | 928-4123 | 8日(木)  | 10:00～11:00 | ひよこクラブ※     |
| サムエル薬師が丘 | 928-1414 | 27日(火) | 10:00～11:30 | 製作しよう※      |
| 五月が丘     | 941-2960 | 6日(火)  | 10:45～12:00 | サーキット遊びに挑戦※ |
| 五日市すみれ   | 926-2855 | 8日(木)  | 10:00～11:00 | 運動遊び        |
| 光禅寺      | 922-3948 | 5日(月)  | 9:30～11:00  | 園庭開放        |

## ファミリーノルディックウォーキング

☎小学校1・2年生の子どもがいる家族

☎9月10日(土)10:00～12:00

☎湯来体育館と久保アグリファーム周辺

☎ノルディックポールを使用したウォーキング

※雨天時は湯来体育館で運動神経を鍛えるトレーニング

【講師】区スポーツセンターコーディネーター・竹中かすみ氏

☎電話で地域支えあい課へ。先着15家族

☎☎943-9731、☎923-1611

## 参加募集 佐伯区市民公開講座

☎10月16日(日)14:00～16:00

☎①区民文化センター、②湯来南公民館(スクリーン視聴)

※両会場とも車椅子での入場可。手話通訳・要約筆記あり

| 演題          | 講師               |
|-------------|------------------|
| 心と体と財布の健康   | フリーアナウンサー・生島ヒロシ氏 |
| 電子版命の宝箱について | 県医師会常任理事・藤川光一氏   |

☎はがきかファクス、右の二次元コードで、9月20日(火)(必着)までに。抽選①700人、②100人。詳しくは区市民公開講座事務局へ

☎☎228-0133、☎221-1718

