

くらしのガイド 東区版

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に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。

区役所各課へのお問い合わせ・申し込みは10月3日(月)からお願いします。

健康

地域支援あい課

☎568-7729、568-7731、568-7735、☎568-7790

- 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
- ※③はポイントの対象外
- ☎いずれも会社などで受診できる人を除く、①②今年度末で40歳以上、③65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

期日	会場	時間
10/5(水)	中山集会所	9:00~11:00
10/19(水)	若草集会所	9:30~11:30
10/26(水)	福田公民館	9:00~11:00

☎①③無料、②各400円

☎当日会場で。大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を

●胃がん検診(バリウム)

☎今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
12/2(金)	区総合福祉センター	9:00~11:00
12/12(月)	神山山荘	

☎1,100円

☎10月3日(月)から予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258、平日9:00~16:30)へ。先着順

上記の健(検)診を受診する人へ

- 受診の際は、市が送付した「受診券」が必要です。健康診査を受診する人は、健康保険証も必要です
- 各種がん検診では、生活保護世帯・市民税非課税世帯・70歳以上のいずれかであることを証明するもの(健康保険証など)を持ってきた人は無料です
- 右の二次元コードからネット予約も可能です



●元気じゃけん食堂

☎10月13日、27日(木)

☎区役所5階食堂

☎食堂で、健康定食「元気じゃけん定食」(490円)を提供。食券は当日11:30から発売

●栄養相談日

管理栄養士が、乳幼児から高齢者まで、世代に応じた生活習慣病予防や食生活改善のためのアドバイスをを行います。

☎10月11日(火)9:30~11:00(1人30分程度の個別相談)

☎区総合福祉センター

☎前日までに電話で

●専門医による心の健康相談

夜眠れないなどの症状のある人、認知症や引きこもり、アルコール問題などに悩んでいる人や周りの人の相談に専門医が応じます。秘密は厳守します。



☎10月13日、27日(木)、13:30~15:00

☎区総合福祉センター

☎電話で同課(☎568-7735)へ

●東区ケアメンの会

介護についての思いを男性同士で話せる場、仲間づくりの場です。

☎男性介護者

☎10月20日(木)10:00~12:00

☎区総合福祉センター

●認知症など在宅介護者の会(ほほえみの会)のつどい

認知症の人の介護について、さまざまな思いを話し、交流できる場です。

☎認知症高齢者の家族など

☎10月6日(木)10:00~12:00

☎区総合福祉センター

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
10/19(水)	若草集会所	9:30~11:30
10/26(水)	福田公民館	
11/1(火)	区総合福祉センター	

※肺がん検診も同時に受診可

●被爆者胃がん・肺がん検診

期日	会場	時間
10/26(水)	福田公民館	胃がん 9:00~10:30 肺がん 9:00~11:30
11/1(火)	区総合福祉センター	

☎胃がん検診は事前に電話で

●子宮がん・乳がん

期日	会場	時間
11/1(火)	区総合福祉センター	9:30~11:00

☎事前に電話で

子育て

地域支援あい課

☎568-7729、568-7735、☎568-7790

●東区子育て交流ひろば

“ぼっぼひがし”

子育て中の親子が気軽に集い、一緒に遊べる広場です。個別相談もできます。



☎未就園児と保護者

☎(月)~(金)の10:00~12:00、12:30~15:00

【ひろばのイベント】

日時	内容
10/5(水) 10:30~12:00	栄養士による相談
10/6(木) 10:30~11:00	秋のコンサート
10/18(火) 10:00~11:30	助産師による相談
10/20(木) 13:15~13:40	ふれあいあそび
10/21(金) 10:30~11:00	親子あそび
11/2(火) 10:30~12:00	栄養士による相談

☎区総合福祉センター

☎電話で。先着各回15組

●離乳食教室(スタート編)

☎4~6カ月児の保護者(子ども同伴可)

☎10月21日(金)10:00~11:30

☎区総合福祉センター

☎5カ月ごろの離乳食の進め方(お話と栄養士による調理実演)

☎電話で。先着10人

催しもの

東区図書館

☎262-5522、☎264-2610
☎休3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

●おはなし会

☎幼児、小学生と保護者

☎10月15日(土)、23日(日)の11:00から ☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☎当日、会場で。先着4組

●おひざにだっこのおはなし会

☎乳幼児と保護者

☎10月12日、26日(水)、11:00から ☎絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべうたなど

☎当日、会場で。先着4組

●わくわく図書館講座「鯉城からさぐるカープの名前と歴史」

☎10月30日(日)10:00~12:00

☎区民文化センター1階 スタジオ2

☎カープの名前の由来を地域の歴史からひも解く

【講師】市文化財団主任学芸員・玉置和弘氏

☎10月1日(土)9:00から電話かファクス、来館で。先着30人

東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774
☎(月)(10日を除く)

●オープンプラザシアター

vol.262「中庭に響き渡る昭和」

☎10月15日(土)14:00から

☎オープンプラザ(中庭)雨天中止 ☎バンドによる昭和のフォークや歌謡曲の演奏



地域起こし推進課

☎568-7705、☎262-6986

●木曜であい市

☎10月6日、13日、20日、27日(木)、11:30~13:00

☎区民文化センター オープンプラザ ☎東区産野菜・生花の新鮮でお買い得な直売市

☎マイバッグ

☎当日、直接会場へ。受け付け後の入場(入場制限あり)

戸坂福祉センター

☎220-1914 ☎(火)

●美姿勢と健康講座

☎市内在住か市内で勤務している人

☎10月23日(日)10:00~11:30

☎区戸坂福祉センター

☎正しい姿勢と歩き方を学ぶ

【講師】スポーツインストラクター・松村康信氏 ☎500円

☎体操のできる服装、運動靴、飲み物

☎10月20日(木)までに電話で。先着20人

福祉課

☎568-7733、☎568-7781

●ひとり親家庭と寡婦のための

法律相談

☎10月12日(水)14:00~17:00

☎区総合福祉センター

【相談員】弁護士・寺西環江氏

☎直接か電話で、同課か各地区の母子生活相談員へ。先着4人

お知らせ

生活課

☎568-7725、☎264-5271

●献血にご協力を

☎10月9日(日)10:00~12:00、13:15~16:00

☎スパーク中山店(中山東2丁目3-1)

「東区地域支援あいリスト」を更新しました!

区では、地域団体の活動などを紹介するリストを作成しています。今年度から、グラウンドゴルフやラジオ体操、ウォーキングなど屋外の活動も掲載しています。子育て中の人、障害のある人、高齢者の皆さんの中で、地域で活動したい人やボランティアに支援してほしい人はいませんか? リストを活用して、あなたにぴったりの支え合いの場を見つけましょう!

市HP ページ番号 115821

☎地域支援あい課(☎568-7731、☎568-7790)



幼稚園が子育てを応援します(10・11月分)

幼稚園に通っていない乳幼児とその保護者が対象です。詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての幼稚園で実施しています。

園名	電話番号	日時	内容
(市立) 温品	289-3758	10/4(火) 9:30~11:30	にこにこランド 運動遊びをしよう 【講師】高芳照氏 ☎0~4歳児
		10/15(土) 9:00~11:00	にこにこランド 運動会のかっこにこに参加しよう ☎0~4歳児
		11/8(火) 9:30~11:30	ぴよんぴよんランド お楽しみ製作をしよう ☎平成30.4.2~令和2.4.1生まれ にこにこランド 人形劇を見よう 【講師】おはなしドンドン ☎0~4歳児
福木	899-2153	10/8(土) 9:10~9:40	運動会に参加しよう ☎0~4歳児
		10/18(火) 9:30~11:30	体を動かして遊ぼう ☎0~4歳児
		10/27(木) 9:30~12:00	秋の自然に触れよう、お弁当を食べよう ☎満2歳~4歳児
		11/11(金) 9:30~11:30	秋の自然物で遊ぼう ☎満2歳~4歳児
		11/17(木) 9:30~11:30	焼き芋会に参加しよう ☎満2歳~4歳児
		11/24(木) 9:30~11:30	親子で触れ合い遊びをしよう 【講師】高芳照氏 ☎0~4歳児
矢賀	282-8483	10/4(火) 13(木) 9:30~11:30	園庭開放「なかよし広場」 ☎0~3歳児
		10/5(水)	「うさぎルーム」体操、かけっこをしよう ☎満3歳児
		10/8(土) 9:00~11:30	「わくわくランド」幼稚園の運動会に参加しよう ☎0~3歳児
		10/19(水) 9:30~11:30	「わくわくランド」季節の製作遊び、10月誕生日会 ☎0~3歳児
		10/25(火) 10:00~12:30	「うさぎルーム」幼稚園でお弁当を食べよう ☎満3歳児
		11/11(金)	「わくわくランド」人形劇を見よう 【講師】はば・ぼーる ☎0~3歳児
		11/16(水) 9:30~11:30	「うさぎルーム」季節の自然物を使って製作遊びをしよう ☎満3歳児
11/25(金)	「わくわくランド」運動遊びをしよう、11月誕生日会 ☎0~3歳児		
(私立) 安芸みのる	899-2364	10/3(月) 17(月) 11/7(月) 14(月)	リトミック、紙芝居、絵本の読み聞かせ、ドリンクタイムなど
あやめ	221-3106	10/19(水) 11/16(水)	13:30~15:00 園庭開放「いっぱい遊ぼう!」
比治山大学短期大学部付属	229-5581	10/3(月)~11/30(水)	すくすくまなびの広場(園庭・保育室の開放) ☎未就園児
		10/13(木) 11/10(木)	タッチ&プレイ ☎歩くまでの赤ちゃん
		10/18(火) 20(木)	クレパスで遊ぼう。(要予約) ☎未就園児
じょうほく JOHOKU こどもアカデミー	229-0114	10/31(月)	10:30~11:30 オープンスペース 英語遊び、ハロウィンパーティーなど(HPより要予約)
広島女学院ゲーンズ	228-6635	10/15(土) 22(土) 29(土)	9:30~11:30 園庭開放(HPより要申込)
二葉	262-0027	10/5(水) 11/1(火)	10:00から 見学会(要予約)
		10/19(水) 11/16(水)	14:00~15:00 親子制作(要予約)
ゆうき	229-4525	10/25(火) 11/14(月)	9:40~10:40 たまごくらぶ(要予約)
的場	261-1802	10/14(金) 28(金) 11/11(金) 25(金)	10:30~11:45 園庭のみ開放(雨天中止)

※11月1日号には、区内の保育園の11月分と12月分の催しを掲載します