

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

1月の集団検診

①健康診査、②結核健診、③肺・大腸がん、④胃がん(X線検査)
※②はポイント対象外
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、②今年度末で65歳以上の人、③④今年度末で40歳以上の人(会社で受けられる人は除く)

日時	会場	対象
来年1/18(水) 9:00~11:00	舟入公民館	①~④
1/18(水) 13:30~14:30	江波東集会所(町民会館)	①~③

①②無料、③各400円、④1,100円
④は先着順で要予約。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

なかちゃん健康講座

①11月24日(木)10:00~11:30
②区地域福祉センター
③講義「神秘的食品、乳」
④直接か電話で。先着30人
⑤エイズの検査・相談
⑥毎週(月)の18:00~19:40、毎週(水)の9:00~11:00
⑦中保健センター
⑧匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で分かります
⑨直接か電話で

⑩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。
⑪11月10日(木)13:30~15:00
⑫中保健センター
⑬電話で、前日までに、同課(☎504-2109)へ。先着2人

⑭依存症対策講演会
⑮11月24日(木)14:00~16:00
⑯区地域福祉センター
⑰講演「アルコール依存症かもと思ったら-周りの人にできること-」、アルコール依存症自助グループの活動紹介
⑱【講師】瀬野川病院心理療法士・田中奈津子氏
⑲直接か電話で同課(☎504-2109)へ。先着30人

⑳栄養相談日
①11月11日(金)9:30~11:00(30分ごとの予約制)
②中保健センター
③管理栄養士による食生活の個別相談
④直接か電話で

㉑家族介護教室
①11月11日(金)13:30~15:00
②悠悠タウン江波二本松
③身体のケアを一緒にしましょう-自分の身体は自分でケアしましょう-
④悠悠タウン江波(☎296-4866、☎296-4818)

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118
休(火)、3日(祝)、23日(祝)

㉒アシ原で遊ぼう・学ぼうin白島-干潟のアシ刈りボランティア募集-

㉓どなたでも(小学校3年生以下は保護者同伴)
①12月3日(土)10:00~12:00
②白潮公園(白島九軒町神田橋南詰下流)ブランコ付近
③干潟のアシ刈り、とんど用のスペース作り
④直接か電話で。先着30人

竹屋公民館

☎☎241-8003
休(火)、3日(祝)、23日(祝)

㉔ベビトレヨガ
①未就学児と保護者
②11月10日(木)10:00~11:30
③親子でストレッチやヨガ体験
④直接か電話で、11月7日(月)までに。先着6組

㉕リトミック
①1歳半以上の未就学児、②6カ月~1歳半、(①②とも保護者同伴)
③11月24日(木)①10:00~11:00、②11:00~12:00
④親子で音楽や工作を体験
⑤直接か電話で、11月21日(月)までに。先着各6組

舟入公民館

☎☎295-5003
休(火)、3日(祝)、23日(祝)

㉖地域を知る講座 地域の魅力再発見-昭和モダン建築「江波山気象館」探訪-
①11月18日(金)10:30~12:00
②10:30に江波山気象館前に集合
③直接か電話で、11月16日(水)までに。先着15人

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127
休(火)、3日(祝)、23日(祝)

㉗吉島公民館文化祭
①11月12日(土)10:00~15:00、13日(日)10:00~15:00
②吉島体育館
③ステージ発表、児童絵画作品展示、子どもわくわく体験会など

㉘吉島おもちゃ病院
①11月20日(日)10:00~15:00(受け付けは12:00まで)
②壊れたおもちゃの修理

㉙中区図書館(JMSアステールプラザ内)
☎248-9300、☎247-8447
休(月)、4日(金)、24日(木)、30日(水)

㉚おはなしワールド
①幼児・児童と保護者
②11月19日(土)14:00~14:30
③絵本の読み聞かせなど
④【講師】辰上加代子氏
⑤当日会場で。先着6組

㉛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
休(2日(水)、9日(水)、16日(水)、30日(水))

㉜爽快! ヨガ
①18歳以上
②毎週(金)の10:30~11:30
③体と会話しながら深い呼吸で姿勢を整え、心身のリフレッシュを目指します
④¥500円/回
⑤当日10:00から窓口で。先着各日20人

㉝吉島屋内プール
☎249-8591、☎249-2231
休(2日(水)、9日(水)、16日(水)、30日(水))

㉞元気アップ! アクア
水中で楽しく運動します
①中学生以上
②毎週(金)の19:30~20:30
③¥600円/回
④直接か電話で。先着各日20人

子育て

地域支えあい課

☎504-2109、☎504-2175

㉟12月の乳幼児の健康相談室
乳幼児の身長・体重測定や育児相談を行います。

期日	会場	時間
2日(金)	竹屋公民館	9:30~11:00
6日(火)	中保健センター	13:30~15:00
7日(水)	吉島公民館	9:30~11:00
8日(木)	江波児童館	
12日(月)	舟入公民館	
14日(水)	白島老人集会所	

㊱母子健康手帳、身体・体重測定を希望する人は、フェイスタオル
㊲電話で同課へ

㊳離乳食教室(スタート編)
①4~6カ月児の保護者
②11月15日(火)10:00~11:00
③中保健センター
④離乳食の進め方など
⑤電話で同課(☎504-2528)へ。先着14人程度

㊴離乳食教室(お誕生日頃編)
①9~12カ月児の保護者
②12月2日(金)10:00~11:00
③中保健センター
④離乳食の進め方など
⑤電話で同課(☎504-2528)へ。先着8人程度

訂正とお詫び

10月1日号7面の子育ての地域支えあい課の電話番号に誤りがありました。正しくは☎504-2109です。訂正してお詫びします。

高齢者囲碁個人大会

「ねんりんピック」出場の区予選を兼ねています。
①区内に在住で来年度60歳以上の人 ¥800円
②12月7日(水) ③大手町平和ビル ④囲碁(個人戦)
⑤郵送で段・級を記入、参加費(郵便小為替)を同封して、11月25日(金)までに区老人クラブ連合会事務局(〒730-0036 袋町9-5)へ
⑥同会(☎、☎246-2550)

地域包括ケア推進のための住民啓発 市民向け公開講座

①12月3日(土)15:00~16:00 ②大手町平和ビル
③講演「元気なうちに考えておくべきこと-ACP、成年後見制度、家族信託など-」【講師】弁護士・菊永将浩氏
④電話かファクスで、11月30日(木)までに、区地域保健対策協議会へ。先着30人
⑤☎504-6681、☎504-6685

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。
①各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



	園名	電話番号	日時(11月)	内容など
保育園	基町	221-5303	8日(火) 10:00~11:00	保育園で遊ぼう※
	竹屋	241-1860	26日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	吉島	243-0022	2日(水) 10:00~11:00	作って遊ぼう※(10組)
	本川	292-4470	19日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)
	神崎	231-7831	4日(金) 10:00~11:00	作って遊ぼう※(5組)
	舟入	232-3698	10日(水) 9:30~11:00	わらべ歌で遊ぼう※(5組)
	江波	231-7934	8日(火) 10:00~11:00	自然物で遊ぼう※(5組)
	江波第二	292-8166	8日(火) 10:00~11:00	楽しい秋の遊び※(5組)
	ゆりかご	241-6989	2日(水) 10:00~12:00	秋祭りごっこ※
	報恩	231-5439	12日(土) 10:00~12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	9日(水) 9:30~10:30	園庭開放※(3組)
	広島YMCA	227-2884	12日(土) 10:00~15:00	育児相談(心の問題と発達)※
	ルーテル	241-2479	16日(水) 10:00~11:00	音楽鑑賞会※(5組)
	真和	231-9718	29日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう
	千田	243-2766	8日(火) 10:20~10:40	親子でふれあい遊び※(5組)
	ともえ	228-6088	12日(土) 10:00~11:00	リズム遊びをしよう!※(5組)
	かおる	291-0321	17日(木) 10:00~11:00	園庭開放
	リトルメイト	244-2525	11日(金) 10:00~11:00	音楽鑑賞会 管楽器演奏会※(5組)
りらくす白島	225-7572	11日(金) 10:00~11:00	離乳食講座※(5組)	
りらくす十日市	961-4570	25日(金) 10:00~11:00	ベビーマッサージ※(5組)	
りらくす竹屋	207-1821	30日(水) 10:30~11:00	人形劇※(5組)	
りらくす舟入	208-5600	18日(金) 10:00~11:00	ベビーマッサージ※(5組)	
クローバー	240-0788	17日(木) 10:00~11:00	おはなし会※(5組)	
ちゃいるどふれんどりい	541-2162	5日(土) 9:30~15:30	親子遠足※(2組)	
こども園	順正寺	241-7062	10日(木) 24日(木)	園庭開放※(5組)
	流川	221-5493	30日(水)	わらべ歌ベビーマッサージ※(5組)
幼稚園	安田	221-2763	2日(水)	園庭のみ解放
	基町	228-3888	17日(木)	9:30~11:30 自然物を使った遊び
	聖母	221-3207	聖母幼稚園HPに掲載	未就園児クラスの見学
	広島中央	246-4094	17日(木)	10:00~11:30 園庭開放・自由参観
	広島三育学院	241-3010	17日(木)	9:30~11:00 おかひものごっこ※HPで要予約
	たちばな	243-5174	10日(木)	10:00~11:00 園庭開放(雨天中止)
	慈光	241-8059	25日(金)	9:30~10:30 英語レッスン Let's Sing & Dance!
	吉島	244-2225	17日(木)	10:00~11:00 園庭開放(雨天中止)

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 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11月4日」とし、Eメール(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)で。先着20組 ①中央公民館(☎221-5943、☎221-5118)	オンラインちゅうこう	11/4(金) 10:00~12:00
中央公民館 ②同公民館(☎221-5943、☎221-5118)	ちゅうこう 当日先着15組	11/18(金) 10:00~12:00
基町児童館 ③中央公民館(☎221-5943、☎221-5118)	ぼかぼか	11/10(水) 10:00~11:30
袋町児童館 ④同児童館(☎244-4029 問い合わせ時間13:00~18:00)	Angel's Pouch	11/4(金)、18(金) 10:30~12:00
竹屋公民館 ⑤同公民館(☎241-8003)	子育て「ばんぷー」	11/11(金) 10:00~12:00
千田児童館 ⑥同児童館(☎244-8030 問い合わせ時間13:00~18:00)	オープンスペース千田	11/18(金) 10:00~11:30
本川児童館 ⑦同児童館(☎293-1373 問い合わせ時間13:00~18:00)	オープンスペースぼっぱ	11/16(水) 9:30~11:30
中島集会所 ⑧吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着10組	中島子育てサロン	11/7(月) 10:00~11:30
吉島福祉センター ⑨吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着20組	オープンスペース吉島東	11/17(木) 10:00~12:00
吉島公民館 ⑩同公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着15組	オープンスペースしゅーぽっぽ	11/14(月) 10:00~11:30
舟入公民館 ⑪電話(☎295-5003)か直接同館へ。先着各7組	ぷっかぷっか舟入	11/21(月)、28日(月)、12/5(月)の10:00、10:50の2部制
舟入児童館 ⑫舟入公民館(☎295-5003) 当日先着15組	ちびっ子ひろば	11/16(水) 10:00~12:00
地域交流センター「パルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば ⑬舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405、問い合わせ時間(火・金曜日)10:00~12:00)		11/18(金) 10:00~11:30
江波集会所 ⑭舟入公民館(☎295-5003)	江波っ子の集い	11/10(水) 10:00~12:00

※開催については、各問い合わせ先に確認してください