

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。市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは1月4日(水)から。

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、1月4日(水)から受診希望日の前日までに集団検診予約専用ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258、平日9:00~16:30)へ。インターネット予約可

- 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
3/3(金)	八幡公民館	
3/8(水)	皆賀公民館	9:00~11:00
3/10(金)	石内福祉センター	
	坪井公民館	9:30~11:30
3/14(火)	区役所別館	9:00~11:30
3/15(水)	五日市中央公民館	9:00~11:00
	坪井公民館	
3/20(月)	河内公民館	9:30~11:30
3/24(金)	薬師が丘第一集会所	9:00~11:00
3/29(水)	八幡東公民館	9:30~11:30

※①③無料、②各400円

特受診券(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

期日	会場	時間
3/3(金)	八幡公民館	
3/8(水)	皆賀公民館	9:00~11:00
3/10(金)	石内福祉センター	
3/14(火)	区役所別館	9:00~11:30
3/15(水)	五日市中央公民館	
3/20(月)	坪井公民館	9:00~11:00
3/24(金)	薬師が丘第一集会所	

¥1,100円

特受診券 電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

- 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
3/14(火)	区役所別館	9:00~11:30
3/17(金)	五日市中央公民館	9:30~11:00

¥①1,000円、②1,500円

特受診券

電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

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、持参するのは各健診・検診と同様

期日	会場	時間
3/14(火)	区役所別館	9:00~11:30

電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

いきいき健康相談

おむね40歳以上 1月26日(木)14:00~16:00 医師・管理栄養士・保健師による個別相談

電話で。先着4人

栄養相談日

1月11日(水)9:30~11:00 管理栄養士による個別相談

電話で。先着3人

こころの相談

1月19日、2月2日の(木)、13:30~15:00 精神科医による個別相談

電話(☎943-9733)で同課へ。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
1/25(水)	八幡公民館	
2/2(木)	区役所別館	9:30~11:30
2/8(水)		
2/13(月)	八幡公民館	

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
1/23(月)	八幡公民館	9:30~11:00
2/2(木)	薬師が丘第一集会所	

電話で

佐伯区福祉事業所 合同説明会

障害のある人や家族、関係者、区内の通所系障害福祉サービスを検討中の人

1月29日(日)14:00から 区役所別館

障害者通所施設(就労継続AB、就労移行、生活介護、地域生活支援センターなど)による施設説明会、相談

電話で皆賀園へ ☎921-0813、☎921-0821

催し

佐伯区民文化センター

☎921-7550、☎921-9898 (休月(9日は除く)、1日(祝)~3日(火))

さえき吹奏楽フェスティバル

1月22日(日)13:00~15:00 区内で活動している吹奏楽団体の発表会

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742 (休月(9日は除く)、1日(祝)~4日(水)、10日(火)、31日(火))

自然講座「ジュニア鳥講座 わたしたちのまわりにいる鳥たちを知ろう！」

小・中学生(保護者同伴可) 2月11日(祝)10:00~12:00 区民文化センター

講師)日本野鳥の会広島県支部 会員・日比野政彦氏

1月11日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着30人

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134 (休月(9日は除く)、1日(祝)~4日(水)、10日(火)、31日(火))

おはなし会

1月14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 1月26日(木)10:00~12:00 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、1日(祝)~3日(火))

スポーツキッズ

小学生 1月14日(土)9:30~11:00 マット運動など ¥500円

1月4日(水)9:00から電話か窓口で。先着24人

湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600 (休火、1日(祝)~3日(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) 2月11日(祝)19:00~22:00 (18:00から練習可)

他のチームと交流試合 ¥2,000円/チーム

電話か窓口で、1月14日(土)10:00~28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
1/14(土)	ゆめタウン五日市	10:00~12:00 13:15~16:00

☎生活課(☎943-9725、☎923-1611)

所得税の確定申告相談

期日	会場	時間
1/30(月)~3/15(水) (土、日、祝は除く)	廿日市税務署	9:00~17:00 受付は8:30~16:00

LINE(1月中旬ごろから受け付け開始)か、当日会場で整理券を配付 廿日市税務署(☎0829-32-1217(代表))

参加募集 佐伯区長杯テニス大会

【種目】①男子ダブルスA~D級、②女子ダブルスA~D級
区内に在住か通勤・通学の人
1月22日(日)9:00から 区広域公園室内テニスコート
¥3,000(中学生・高校生は2,000)円/ペア
※詳しくは区体育協会テニス部へ
はがきで、参加種目、住所、氏名(ペア)、電話番号を1月13日(金)(必着)までに、同部(〒731-5128 佐伯区五日市中央五丁目3-1 吉岡道宏方)へ
☎923-8182



子育て

地域支えあい課

☎943-9733、☎923-1611

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8組(週1枠まで予約可)



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
2/9(木)	藤の木公民館	
2/16(木)	美鈴が丘公民館	
2/20(月)	八幡東公民館	9:30~10:00
2/21(火)	石内北区区集会所	10:00~10:30
2/22(水)	観音台公民館	10:30~11:00
2/28(火)	保健センター	

※予約人数は、場所によって異なります

電話か子育て応援アプリ「母子モ」で地域支えあい課へ

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(1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



花ぞの保育園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	18日(水)	10:00~10:40	いっしょにあそぼう*
花ぞの	927-8801	18日(水)	10:00~11:00	手作りたこで遊ぼう*
ひまわりいしうち	929-2011	12日(日)	10:00~11:00	保育園で遊ぼう*
きらら	943-6790	19日(月)	10:00~11:00	人形劇を楽しもう*
あい保育園城山	961-3320	14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	13日(金)	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	17日(火)	10:00~11:00	おにのお面をつくろう*
湯来	0829-83-0534	13日(金)	10:00~11:00	冬の遊びを楽しもう*
石内	941-0506	12日(木)	10:00~11:00	日本の伝統文化に触れよう*
河内	928-0311	21日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
五月が丘	941-0760	24日(火)	10:00~11:00	人形劇(ペポ)を観よう*
利松	928-7277	7日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
八幡東	928-1855	24日(火)	10:00~11:00	運動あそびを楽しもう*
八幡	928-0400	21日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
千同	922-7766	21日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
坪井	921-1595	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
鈴峰園	921-1594	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
五日市中央北	922-6334	24日(火)	10:00~11:00	リズム遊びをしよう*
五日市駅前	923-7959	25日(水)	10:00~11:00	人形劇を楽しもう*
五日市南	921-0017	14日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
美の里	922-6263	21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	17日(火)	10:00~11:00	園庭開放
ひろみ	923-8288	30日(月)	9:30~11:30	親子で遊ぼう!パンピルーム*
藤の木	927-5064	26日(水)	10:00~11:00	マット遊びをしよう*
杉並台	0829-86-0286	25日(水)	10:00~11:30	リズム遊び

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	18日(水)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう*
サムエル美鈴が丘	928-4123	19日(木)	10:00~11:00	ひよこクラブ*
サムエル薬師が丘	928-1414	16日(月)	10:00~11:30	昔遊びしよう*
五月が丘	941-2960	17日(火)	10:40~11:30	新聞紙遊びをしよう*
五日市すみれ	926-2855	12日(日)	10:00~11:00	運動遊び
光禅寺	922-3948	11日(日)	9:30~11:00	園庭開放