

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。

健康 原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257
●被爆者健康診断

※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	胃がん受付時間	肺がん受付時間
2/22(水)	牛田公民館	9:00~10:30	9:00~11:30

☎胃がん検診は事前に電話で

地域支えあい課

☎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
2/3(金)	戸坂川根集会所	9:00~11:00
2/22(水)	牛田公民館 馬木公民館	9:30~11:30

☎①③無料、②各400円
☎当日会場。大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を

上記の健(検)診を受診する人へ
●受診の際は、市役所から送付する「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
☎2月9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
乳幼児から高齢者まで、世代に応じた生活習慣病や食生活改善のためのアドバイスを管理栄養士が行います。
☎2月14日(火)9:30~11:00(1人30分程度)
☎区総合福祉センター
☎前日までに電話で

●歩行動作を解析して無理のない歩き方を学ぼう！
動作解析機械で歩き方を測定し、正しい歩き方を学ぶ講座です。
☎おおむね40歳以上
☎2月17日、24日の(金)、10:00~12:00 ☎マエダハウジング東区スポーツセンター
☎屋内用シューズ、動きやすい服装、マスク
☎来所か電話で、同センター(☎222-1860)へ。先着30人

●被爆者のためのゆったりのびのび交流会
いつも頑張っているあなたの手。ハンドマッサージで癒やしの時間を過ごしてみませんか。
☎被爆者健康手帳を持つ人
☎2月17日(金)10:00~12:00
☎区総合福祉センター
☎前日までに、電話で同課(☎568-7729)へ。先着20人

●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。
☎2月8日(水)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-男性介護者のつどい

介護についての思いを男性同士で話せる場、仲間づくりのできる場です。
☎男性介護者
☎2月16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

認知症高齢者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
☎3月2日(木)10:00~12:00
☎区総合福祉センター
●家族介護教室
介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などについて学んでみませんか。
☎高齢者を介護している家族や近隣の援助者など
☎2月15日(水)14:00~15:00

【テーマ】老人性難聴と老人性嚥下機能低下への対応
☎ケアハウス ラポーレひろしま・1階レストラン(福田一丁目753)
☎電話で同施設(☎899-0888)へ

子育て 地域支えあい課

●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
【ひろばでのイベント】

日時	内容
2/9(木) 10:30~11:00	絵本の読み聞かせ
2/16(木) 13:15~13:40	ふれあい遊び
2/21(火) 10:00~11:30	助産師による相談
2/24(金) 10:30~11:00	親子遊び
3/1(水) 10:30~12:00	栄養士による相談

☎区総合福祉センター
☎事前に電話で同課(☎261-0315)へ。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
☎2月17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 東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774 休月曜日
●ひがし区出会い・ふれあいフェスティバル ひがし区民文化祭・東区民作品展
☎区内を中心に活動する皆さんの舞台発表や作品展示
【舞台発表】
☎2月18日(土)10:00、19日(日)10:00から
【区民作品展・遺跡展】
☎2月15日(水)~19日(日)の10:00~18:00(最終日は16:00まで)

東区図書館

☎262-5522、☎264-2610 休月曜日、14日(火)、24日(金)
●ストーリーテリングのおはなし会
☎幼児・小学生とその保護者
☎2月26日(日)11:00から
☎ストーリーテリングによる語り聞かせ
☎当日、会場で。先着4組

地域起こし推進課

☎568-7705、☎262-6986
●広島東地区安全・安心フェスタ
☎2月18日(土)11:00~15:00
☎区民文化センター
☎防犯・交通安全に関するステージや展示

福祉課

☎568-7733、☎568-7781
●ひとり親家庭と寡婦のための法律相談
☎2月14日(火)14:00~17:00
☎区総合福祉センター
【相談員】弁護士・秋吉理絵香氏
☎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

東区社会福祉協議会
☎263-8443、☎264-9254
●東区障がい児親子教室「ちやいちゃいくらぶ」春休み教室
☎区在住で18歳以下の障害児とその親子(原則親子で参加)
☎3月29日(水)10:00~12:30
☎広電ボウル(中区平野町10-16)
☎ボウリング ¥1人300円
☎2月21日(火)~3月8日(水)に同協

議会HP(右二次元コード)か電話で。定員40人(定員になり次第締切)

お知らせ 生活課

●献血にご協力を
☎568-7725、☎264-5271

東区防災講演会

☎3月4日(土)10:00~11:30
☎区民文化センター
☎【講演】気象キャスターが伝える防災の心得
【講師】広島テレビ気象予報士・塚原美緒氏
☎2月27日(月)までに電話かファクス、区HP(右二次元コード)で。先着200人
☎地域起こし推進課(☎568-7705、☎262-6986)

市民税・県民税の申告相談会

☎2月16日(木)~3月15日(水)の9:00~16:00 ※(土)(日)は除く
☎区役所3階第5会議室
☎①昨年1年間の収入が分かるもの(給与・年金の源泉徴収票など)、②社会保険料の領収書、③国民年金保険料・生命保険料・地震保険料の支払証明書、④医療費の明細書、⑤マイナンバーカードまたはマイナンバーが確認できる書類と運転免許証などの本人確認書類
☎東部市税事務所(区役所内)(☎568-7719、☎567-6006)
※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、郵送による申告書の提出にご協力ください。混雑状況によっては入場制限を行う場合があります

幼稚園が子育てを応援します(2・3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)		2/13(月)	ここにこランド「ひな人形製作をしよう」「ミニ人形劇をみよう」 【講師】元広島市立幼稚園長・山野井敏子氏 ☎未就園児
温品	289-3758	2/22(水)	ぴょんぴょんランド「ペンダント製作をしよう」 ☎平成30.4.2~令和2.4.1生まれ
		毎日 2/7(火)8(水) 3/1(水)17(金) 3/21(火)~31(金)を除く	9:00~10:30 園庭開放 ☎未就園児
福木	899-2153	2/1(水)	鬼のお面を作ろう・お弁当を食べよう ☎満2歳から
		2/8(水)	体を動かして遊ぼう ☎満2歳から
		2/16(木)	雛人形を作ろう・おわりの会 ☎未就園児
矢賀	282-8483	2/1(水)	わくわくランド「鬼面作り、豆まき遊び、2月誕生会」 ☎未就園児親子
		2/22(水)	わくわくランド「お雛様を作ろう3月誕生会」 ☎未就園児親子
		2/9(木)3/2(木)7(火)	なかよし広場「園庭開放」 ☎未就園児親子
(私立)		2/14(火)	うさぎルーム「お弁当を一緒に食べよう」 ☎満3歳児
安芸みのる	899-2364	2/6(月)13(月)20(月)3/6(月)	10:00~11:30 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	2/15(水)	13:30~15:00 いっぱい遊ぼう
比治山大学短期大学部附属	229-5581	2/2(水)~3/15(水)	10:00~11:30 すくすく広場(園庭・保育室の開放) ☎未就園児
		2/27(月)3/1(水)	おひなさまを作ろう ☎未就園児
		3/9(木)	タッチ&プレイ ☎歩くまでの赤ちゃん
JOHOKUこどもアカデミー	229-0114	2/15(水)16(木)	10:30~11:30 未就園児親子教室(パンビ教室)「親子で一緒に遊みましょう」(要予約)
広島女学院ゲーンズ	228-6635	2/25(土)3/4(土)11(土)	9:30~11:30 ファミリーデー 園庭開放(HPより要申込)
二葉	262-0027	2/7(火)3/27(月)	10:00~10:30 見学会(要予約)
		2/8(水)3/1(水)	14:00~15:00 親子制作(要予約)
ゆうき	229-4525	2/8(水)3/23(木)	9:40~10:40 たまごくらぶ(要予約)
的場	261-1802		行事予定はありません

※3月1日号には、区内の保育園の3月分と4月分の記事を掲載します