

# くらしのガイド 南区版

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

地域支援あい課 地域支援第二係  
☎250-4108 ☎254-4030

健康相談  
血圧や血糖値が高め、食事や運動習慣を見直したいなど、医師、管理栄養士、保健師が個別で相談に対応。

☎2月15日(水)9:30~11:00  
☎区役所別館

☎電話かファクスで

### エイズ相談・HIV検査

エイズに関する相談やHIV検査を匿名、無料で。 ※肝炎・梅毒検査も同時に受診可

☎毎週(火)9:30~11:00

☎区役所別館

☎電話かファクスで

### 地域支援あい課 地域包括支援係

☎250-4109 ☎254-4030

### 南区市民公開講座「認知症の人の思いを一緒に支えよう！」

オンライン開催 ※下記期間、動画を配信します。動画

☎2月1日(水)~3月31日(金)

【出演】渡辺えり氏、松本裕見子氏、野島秀樹氏

### 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
2/20(月)	宇品集会所	9:30~11:30
3/1(水)	楠那公民館	
3/6(月)	区役所別館	

※肺がん検診を同時に受診可

### 被爆者がん検診

①胃がん・肺がん

期日	会場	胃がん	肺がん
2/20(月)	宇品集会所	9:00~10:30	9:00~11:30
3/1(水)	楠那公民館		
3/6(月)	区役所別館		

②子宮がん・乳がん

期日	会場	時間
3/12(日)	区役所別館	9:30~11:00

※胃がん、子宮がん・乳がん検診は予約制

☎電話で

### 地域支援あい課 地域支援第一係

☎250-4133 ☎254-4030

### 医師による心の健康相談

☎ゆううつ、不眠、人とうまく付き合えない、お酒の問題、認知症などで悩んでいる人や周りの人

☎2月16日、3月2日(水)、13:30~15:00

☎区役所別館

☎専門医による相談。秘密厳守

☎電話で、前日までに



## 子育て

地域支援あい課 地域支援第一係  
☎250-4133 ☎254-4030

### 離乳食教室

教室のほかに離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が対応。

☎①スタート編、②お誕生日ごろ編

☎①生後4~6カ月児の保護者、②生後10~15カ月児の保護者

☎①離乳食の進め方の話と調理実演、②離乳食から幼児食への進め方の話

期日	会場	時間
①2/8(水)	区役所別館	10:00~11:00
②3/1(水)		

☎電話で

### おっぱいバイバイ講座

オンライン開催

☎乳幼児と保護者

☎3月10日(金)13:30~14:30

☎卒乳についての話

【講師】助産師・高島麻季氏

☎メール(右コードから)で



### 仁保公民館

☎281-1831 ☎281-1886

(休火、11日(祝)、23日(祝))

### 子育てスキルアップ講座「イライラしない子育て術」

☎年長~小学校3年生の保護者

☎2月26日、3月12日、26日(日)、10:00~12:00(全3回)

☎SNSとの付き合い方、子どもとの関わり方のコツ、親の感情のコントロール

【講師】臨床心理士・高見知日子氏

☎窓口か電話で。先着各回12人(託児なし)

☎電話で

## 催し

### 地域支援あい課 地域支援第一係

☎250-4133 ☎254-4030

### 障害福祉相談会

☎2月14日(火)10:30~12:00(受け付けは11:30まで)

☎区役所別館

☎福祉サービス利用の相談や障害のある人などの相談に対応

☎障害者基幹相談支援センター(☎207-0636、☎207-0626)

### 南区スポーツセンター

☎251-7721 ☎251-7701

(休火)

### からだスッカリ体操

☎おおむね40歳以上

☎3月21日(祝)9:30~11:00

☎体の機能向上が期待できる体操を体験

☎¥600円

☎2月1日(水)9:00から、窓口か電話で。先着15人

### いきいき健康広場

☎おおむね40歳以上

☎3月3日、17日(金)、13:30~15:00

☎健康体操と3日はラージポー

ル卓球、17日はビーチボールバレー

☎各500円

☎2月1日(水)9:00から、窓口か電話で。先着各日16人

### いきいき宇品健康広場

☎おおむね40歳以上

☎3月10日、24日(金)、13:30~15:00

☎宇品体育館

☎健康体操とラージボール卓球

☎各500円

☎2月1日(水)9:00から、窓口か電話で。先着各日16人

☎電話で。先着各日16人

### 南区図書館

☎251-1080 ☎252-4120

(休月、14日(火)、24日(金))

### おはなし会

☎幼児から

☎2月4日、18日(土)、11:00から

☎区民文化センター

☎絵本の読み聞かせなど

☎当日会場で。先着9組

### こぐまちゃんクラブ

☎乳幼児と保護者

☎2月21日(火)10:30、11:05から

☎区民文化センター

☎絵本の読み聞かせやわらべ歌など

☎当日会場で。先着各9組

### 郷土史関連講座 豊かな里海・広島湾-海からのめぐみと人びとのくらし-

☎2月26日(日)10:30~12:00

☎区民文化センター

☎時代とともに移り変わってきた広島湾沿岸のなりわいや町のにぎわい、人々の暮らし

☎2月1日(水)9:00から、窓口か電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

## 募集

### 南区民文化センター バンドフェス出演バンド

☎市内で活動している中高生やアマチュアミュージシャン

☎5月5日(祝)

☎¥中高生部門:1,000円/人、一般部門:3,000円/人

☎2月19日(日)17:00(必着)まで。 ※詳しくは区民文化センターで配架するチラシやホームページに掲載する募集要項で

☎同センター(☎251-4120、☎256-8811)

(休月)

### 募集 中山間地域 お宝資源掘り起こし事業

中山間地・島しょ部(似島町)での新たな農家ビジネスにつながる活動に補助金を交付します。

☎2月14日(火)(必着)まで。詳しくは市HPか電話、ファクスで下記問い合わせ先へ

☎同地域起こし推進課(☎250-8935、☎252-7179)

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

☎電話、ファクスで。先着20人

## 保育園・幼稚園に遊びに来てください

☎保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者 園各園 ★は予約が必要

保育園名	電話番号	日時	内容
荒神	262-6983	2/18(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
大州	286-4554	2/18(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
青崎	281-2493	2/7(火) 10:00~11:00	★手作りおもちゃで遊ぼう
皆実	253-9415	2/25(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
大河	251-4894	2/16(木) 10:00~10:40	★園庭開放
仁保新町	282-4778	2/18(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
仁保	281-1539	2/8(水) 10:00~11:00	★園庭で一緒に遊ぼう
楠那	251-6843	2/4(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
宇品東	254-1600	2/24(金) 10:00~11:00	★おはなしを楽しもう
元宇品	251-2709	2/7(火) 10:00~11:00	★リズムで遊ぼう
出島	254-6319	2/24(金) 10:00~11:00	★園庭開放
うじな	251-4833	2/3(金) 10:00~11:00	★節分会
みみょう	282-6366	(金) 10:00~12:00	主に発達を促す遊びと発達相談、園開放、保育講座、誕生会などのイベント参加
第二みみょうこども園	283-0900	(月)・(水) 10:00~12:00	
段原みみょう	568-8330	(火)・(木) 23日(祝)は除く 10:00~12:00	
日出みみょう	569-4455	2/25(土) 10:00~12:00	お雛様を作ろう
あい保育園 仁保	258-1220	2/25(土) 10:00~11:00	★ひな祭り制作をしてみよう！(0・1歳児親子対象)

幼稚園名	電話番号	日時	内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせください	園庭開放
安芸	251-0451	2/22(水) 10:00~11:30	★園庭開放
あさひ	254-2153	2/16(木) 10:30~11:30	★あさひキッズ(親子体操)
大洲	281-0403	2/9(木) 10:30~11:30	園庭開放
こうわ	890-2226	2/16(木) 10:00~11:30	★親子ふれあい遊び
親和	254-3313	2/25(土) 10:00~11:30	★親子教室(コーナー遊び、絵本の読み聞かせ)
清美	281-0477	2/21(火) 10:30~11:30	園庭開放
谷の百合	251-6351	2/2(木) 9:30~10:30	園庭開放、子育て相談
比治山	261-3526	2/21(火) 10:30~12:00	★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	2/21(火) 10:00~11:00	園庭開放(2023年度2歳児保育説明会)
フレーザー	251-6865	2/9(木) 9:30~10:30	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	2/1(水) 10:00~11:30	園庭開放
みみょう	261-5330	2/21(火) 10:00~12:00	園庭開放、絵本の読み聞かせ、手づくり遊び、育児相談ほか
洋光	281-5900	2/18(土) 9:00~11:00	園庭開放

## 健康ウォーキング教室

靴の選び方から歩き方のコツまで、楽しく学びましょう。

☎3月3日、10日(金)、10:00~11:30(全2回)

☎健康ウォーキングについての講義と実技

【講師】健康運動指導士 区役所別館

☎電話かファクスで。先着40人

☎同地域支援あい課(☎250-4108、☎254-4030)

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

☎電話、ファクスで。先着40人

