

# 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4月3日(月)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、4月14日(金)～受診希望日の前日に集団検診予約専用ダイヤル(☎0120-489-431、☎504-2258、平日の9:00～16:30)へ。インターネット予約も可

- 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
5/12(金)	湯来農村環境改善センター	9:00～11:00
5/17(水)	サンピアゆき	
5/23(火)	区役所別館	9:00～11:30
5/24(水)	杉並台コミュニティセンター	9:00～11:00
5/28(日)	八幡公民館	
5/30(火)	区役所別館	9:00～11:30
6/8(木)	湯来南公民館	9:00～11:30
6/27(火)	サンピアゆき	

※①③無料、②各400円  
☎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

### 胃がん検診(X線)

☎今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
5/1(月)	美鈴が丘公民館	
5/12(金)	湯来農村環境改善センター	9:00～11:00
5/17(水)	サンピアゆき	
5/23(火)	区役所別館	9:00～11:30
5/24(水)	杉並台コミュニティセンター	9:00～11:00
5/28(日)	八幡公民館	
5/30(火)	区役所別館	9:00～11:30
6/8(木)	湯来南公民館	9:00～11:30
6/27(火)	サンピアゆき	

☎1,100円 ☎受診券  
☎電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

### 子宮頸がん検診、②乳がん検診

☎①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
5/1(月)	美鈴が丘公民館	9:00～11:00
5/17(水)	八幡公民館	9:30～11:00
5/23(火)	区役所別館	9:00～11:30
5/30(火)	湯来南公民館	9:00～11:30
6/8(木)	湯来南公民館	
6/27(火)	サンピアゆき	

☎①1,000円、②1,500円  
☎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、持参するものは各健診・検診と同じ

期日	会場	時間
5/23(火)	区役所別館	
5/30(火)		9:00～11:30
6/8(木)	湯来南公民館	
6/27(火)	サンピアゆき	

☎電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

### 各種がん検診を受診する人へ

☎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

### 認知症の人と家族の会

☎認知症の家族がいる、認知症に関心がある人など

☎4月20日(木)13:30～15:30  
☎講座「介護のお悩み相談会」、座談会

【講師】県認知症介護アドバイザー・田中功一氏

☎電話で、4月19日(水)までに同課(☎943-9728)へ

### 栄養相談日

☎4月12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

☎4月20日(木)13:30～15:00  
☎精神科医による個別相談

☎電話で同課(☎943-9733)へ。先着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
5/12(金)	湯来農村環境改善センター	10:00～11:30

※肺がん検診を同時に受診可

期日	会場	時間
5/1(月)	美鈴が丘公民館	9:00～10:30
5/12(金)	湯来農村環境改善センター	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30

☎電話で(肺がん検診は予約不要)

### 被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
5/1(月)	美鈴が丘公民館	9:30～11:00

☎電話で

## 催し

### 佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742 (休月)

### おはなし会

☎幼児・児童と保護者  
☎4月8日(土)11:00、22日(土)14:00から各30分

☎区民文化センター  
☎絵本の読み聞かせなど

☎当日会場。先着各16人

### 乳幼児向けおはなし会

☎乳幼児と保護者  
☎4月26日(水)10:30、11:10から各20分

☎区民文化センター  
☎絵本の読み聞かせなど

☎当日会場。先着各8組

### テーマ別図書の展示「世界を見てみよう！」

☎4月30日(日)まで  
☎世界の地理や、文化に関する本の展示

### 佐伯区スポーツセンター

☎924-8198、☎924-8199 (休火)

### 健康トレーニング

☎おおむね40歳以上  
☎4月13日、27日(木)、15:00から各30分

☎家庭でできる簡単なエクササイズなどの健康増進プログラム

☎大人560円、シニア310円  
☎室内シューズ

☎当日会場。先着各5人

### あつまれ! プールキッズ

☎水慣れを希望する小学生  
☎4月22日(土)10:00～11:00

☎フラフープなどを使って、遊びながら水に慣れる

☎¥500円  
☎4月1日(土)9:00から電話か窓口で。先着12人

### はじめよう! パワーヨガ

☎おおむね15歳以上  
☎4月3日、17日、24日(月)、19:15～20:45

☎フィットネスの要素を多く取り入れて考案されたヨガ

☎各500円  
☎当日18:45から窓口で。先着各30人

### 湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600 (休火)

### チャレンジキッズ(かけっこ)

☎小学生  
☎5月20日(土)10:30～12:00

☎走り方を楽しく学ぶ  
☎¥500円

☎4月15日(土)10:00から電話か窓口で。先着32人

### キッズフェスタ車いすバスケットボール体験会

☎小学生以上  
☎5月5日(祝)10:30～12:00

☎4月15日(土)10:00から電話か窓口で。先着40人

### 図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134 (休月)

### おはなし会

☎4月8日(土)11:00から30分  
☎絵本の読み聞かせなど

### マンガイラスト教室

☎4月29日(祝)13:00～15:00  
☎塗り絵講座など

【講師】漫画家・甲斐さゆみ氏  
☎4月1日(土)10:00から来館か電話、ファクスで。先着15人

## 子育て

### 地域支えあい課

☎943-9733、☎923-1611

### 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
5/1(月)	坪井公民館	
5/8(月)	五月が丘公民館	
5/11(木)	藤の木公民館	9:30～11:00
5/18(木)	八幡公民館	
5/19(金)	河内公民館	
5/23(火)	保健センター	

※予約人数は、場所によって異なります

☎子育て応援アプリ「母子モ」で

### 地域子育て支援センター

☎、☎921-5010

### 常設親子交流の場「おやこっこさえき」

☎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  
☎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)

## 犬の登録受け付けと狂犬病予防注射

生後91日以上の犬は、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。区では、次の日程で巡回実施します。

※雨天決行  
☎登録手数料3,000円、注射済票交付手数料620円、予防注射料金2,550円から  
☎動物愛護センター(☎243-6058、☎243-6276)

4/28(金) (第2回)	
会場	時間
藤の木南第一公園	9:55～10:15
老人いこいの家窓山荘	10:30～10:35
彩が丘中央公園	10:50～11:05
第一薬師が丘集会所	11:30～11:45
観音台北第四公園	13:00～13:15
観音台第三(東側)ちびっこ広場	13:30～13:40
月見台第二公園	14:00～14:05
中央第二公園	14:20～14:35
佐伯区役所本館前駐車場	15:00～15:30

4/14(金) (第1回)	
会場	時間
五月が丘第一公園	10:05～10:20
五月が丘第三公園	10:35～10:50
石内公民館裏の駐車場	11:05～11:20
利松第二公園	11:35～11:50
八幡東公民館駐車場	13:00～13:15
皆賀園	13:35～13:45
美鈴が丘南街区集会所	14:05～14:15
美鈴が丘東第三公園	14:30～14:45

5/26(金) (第3回)	
会場	時間
湯来西公民館駐車場	10:25～10:30
津伏集会所	10:55～11:00
JA広島市水内支店倉庫前	11:15～11:25
佐伯区役所湯来出張所駐車場	11:40～11:50
大森集会所	13:00～13:10
湯来南公民館駐車場	13:20～13:25
八幡原中央集会所	13:40～13:45
桐集会所	14:00～14:10
杉並台第一公園	14:25～14:40