

# くらしの西区版 ガイド



## 健康

### 生活課

☎294-6109 ㊟294-6311

#### 献血にご協力を

会場	実施日時
献血ルーム「ピース」	9:00~12:00
献血ルーム「もみじ」	13:30~17:00
献血ルーム「もみじ」	10:30~13:30
献血ルーム「もみじ」	15:00~18:30
フジ康午店 駐車場	9:30~12:30
フジ康午店 駐車場	13:30~16:00
KOI PLACE	10:00~12:30
KOI PLACE	13:30~16:00

#### 原爆被害対策部援護課

☎504-2195 ㊟504-2257

#### 被爆者健康診断

会場	実施日時
井口公民館※	6/5(月)
井口集会所	6/7(水)
己斐上集会所	6/9(金)
草津東集会所※	6/13(火)
三篠公民館	6/14(水)

※肺がん検診を同時に受診可

#### 被爆者がん検診

会場	実施日時
井口公民館	6/5(月) (胃がん)
井口公民館	6/5(月) (肺がん)
草津東集会所	6/13(火) (胃がん)
草津東集会所	6/13(火) (肺がん)

胃がん検診は予約制。電話で

#### 地域支えあい課

☎294-6384, 294-6235 ㊟294-6113

#### 精神科医師による心の健康相談

㊟5月11日、25日(木)13:30~15:00

場区地域福祉センター

不眠や対人関係、物忘れなど

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

#### ひまわり会(心の病気を抱える人の家族の会)

㊟5月18日(木)13:30~15:30

場区地域福祉センター

座談会や学習会で悩みを語り合い、理解を深め合う

☎電話(☎294-6384)で

#### エイズ相談・抗体検査

㊟毎週(火)9:00~11:00

場区地域福祉センター

エイズに関する個別相談、抗体検査を匿名で実施

※梅毒・肝炎検査も同時に受診可

☎電話(☎294-6235)で。先着5人

#### 胃がん検診

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

#### 栄養相談日

㊟5月9日(火)9:30~11:30

場区地域福祉センター

管理栄養士による食生活の個別相談

☎電話(☎294-6235)で。先着4人

㊟7月7日(金)9:30~11:00

場区地域福祉センター

☎①1,000円、②1,500円

☎電話かファクスで集団検診

予約ダイヤル(☎0120-489-431、㊟504-2258 平日の9:00~16:30)へ

夜間健診: 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乳がん検診

㊟①・②今年度末で40歳以上、③今年度末で40歳以上の女性(受診は2年に1回)

※いずれも会社などで健診を受けられる人を除く

㊟7月28日(金)18:00~19:30

場区地域福祉センター

☎②400円、③1,500円

☎電話かファクスで集団検診

予約ダイヤル(☎0120-489-431、㊟504-2258 平日の9:00~16:30)へ

☎のついた検診などを受診する人へ

☎受診券、健康診査を受診する人は健康保険証

☎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か、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料

※大腸がん検診は、受診券に同封のハガキで事前に検便容器を請求。お急ぎの場合は電話で(☎294-6235)へ

※今年度末で50歳以上の人は、医療機関や市健康づくりセンターでは、胃内視鏡検査が選択可。詳しくは電話(☎294-6235)で

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

㊟5月10日(水)13:00~15:00

場区地域福祉センター

内日頃の悩みを話し合う座談会

☎電話で、同課(☎294-6289)へ

☎電話(☎294-6384)で前日までに。先着各回3人

㊟今年度末で40歳以上

場区地域福祉センター

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

#### 離乳食教室お誕生日編

㊟9~12カ月児の保護者(子ども同伴可)

㊟5月12日(金)10:00~11:30

場区地域福祉センター

☎離乳後期を中心とした離乳食の進め方(話、メニューの展示と相談)

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

☎電話(☎294-6235)で。先着20組

#### 西区スポーツセンター

☎272-8211 ㊟272-8242

(休)水

#### シニアのための運動不足解消教室

㊟おむね50歳以上

㊟5月11日~25日の(休)、11:00~12:00

☎ストレッチボールやヨガボールを使った誰でもできる簡単な脳トレや筋トレ

☎各日500円

☎直接か電話で。先着各日20人

運動ギライの人のためのピラティス&ストレッチ

㊟18歳以上

㊟5月11日~25日の(休)、13:00~14:00

☎運動が苦手な人でも気軽に参加できるエクササイズ。体幹や、関節などの歪み、インナーマッスルを鍛える

☎各日500円

☎直接か電話で。先着各日20人

スポーツキッズ -こどものかけっこ教室-

㊟小学生

㊟6月24日(土)10:00~11:30

☎かけっこを楽しみながら「走り」の基本を学ぶ

☎600円

㊟5月15日(月)9:00から直接か電話で。先着30人

スポーツキッズ 水慣れ体験-めげせ!5分-

㊟水慣れを希望する小学生

㊟6月3日~17日の(出)、10:00~11:30

☎水慣れから始めてクロール5分を目指す

☎各日700円

㊟5月15