

くらしのガイド 佐伯区版

市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは7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

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

■予約が必要な検診は、7月3日(月)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(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、☎504-2258)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
9/1(金)	薬師ヶ丘第一集会所	9:00~11:00
9/3(日)	区役所別館	9:00~11:30
9/6(水)	藤の木公民館	9:00~11:00
9/7(木)	八幡公民館	
9/8(金)	美鈴が丘公民館 皆賀公民館	9:00~11:00
9/13(水)	河内公民館	9:00~11:30
9/14(木)	石内福祉センター	
9/22(金)	五日市中央公民館 八幡東公民館	9:00~11:00
9/26(火)	区役所別館	9:00~11:00
9/29(金)	坪井公民館	

■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)

期日、会場、時間は健康診査と同じ。

■今年度末で40歳以上

■¥1,100円 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

■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
9/3(日)	区役所別館	9:00~11:30
9/14(木)	石内福祉センター	

■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
9/3(日)	区役所別館	9:00~11:30
9/14(木)	石内福祉センター	

■電話で集団検診予約専用ダイヤルへ

■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

■7月20日(木)13:30~15:30

■施設見学:小規模多機能アイルーフ八幡の里

■電話で、7月13日(木)までに同課(☎943-9728)へ

■こころの相談

■7月20日、8月3日の(木)、13:30~15:00

■精神科医による個別相談

■電話で同課(☎943-9733)へ。先着各2人

■今日からデキル!健康生活の術-調理実習編-

■7月20日(木)10:00~12:00

■生活習慣病ミニ講座、クッキング【講師】すこやか食生活推進リーダー・田濱朝子氏

■¥500円

■電話で。先着16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
7/19(水)	五月が丘公民館	9:00~10:30 (胃がん)
7/21(金)	八幡東公民館	
7/26(水)	美鈴が丘公民館	9:30~11:30 (肺がん)
8/4(金)	坪井公民館	9:00~11:30
8/8(火)	区役所別館	

■肺がん検診を同時に受診可

■被爆者胃がん、肺がん検診

期日	会場	時間
7/19(水)	五月が丘公民館	9:00~10:30 (胃がん)
7/26(水)	美鈴が丘公民館	
8/4(金)	坪井公民館	9:00~11:30 (肺がん)
8/8(火)	区役所別館	

■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
7/19(水)	区役所別館	9:30~11:00
7/31(月)	河内公民館	
8/2(水)	五月が丘公民館	

■電話で

催し

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742 (休月(17日は除く)、18日(火)、28日(金))

■おはなし会

■幼児・児童と保護者

■7月8日(土)11:00、22日(土)14:

00から各30分

■場区民文化センター

■絵本の読み聞かせなど

■当日会場。先着各30人

■テーマ別圖書の展示「アウトドアを楽しもう」

■7月30日(日)まで

■アウトドア、レジャーに関する本の展示

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134 (休月(17日は除く)、18日(火)、28日(金))

■おはなし会

■幼児・児童と保護者

■7月8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

■7月27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)

■やってみよう!コーディネーショントレーニング

■小学校1~3年生

■7月29日(土)9:30~11:00

■成長期に必要な運動能力を高めるトレーニング ¥500円

■7月1日(土)8:30から、電話か窓口で。先着20人

湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600 (休火)

■バスケットボールを楽しむ!

■小学生以上

■8月5日(土)10:30~12:00

■バスケットボールの基本を楽しく学ぶ ¥500円

■7月15日(土)10:00から、電話か窓口で。先着32人

佐伯区民文化センター

☎921-7550、☎921-9898 (休月(17日は除く))

■おはなしオペレッタ「ブレメンの音楽隊」

■7月16日(日)14:00~15:00

■名作童話を音楽と朗読、イラストとともにお届け

■一般1,000(当日1,200)円、小学生以下500(当日600)円。チケットは同センターで

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
7/2(日)	皆賀会館	9:30~12:00
7/30(日)	彩が丘公民館	13:00~16:00

■同生活課(☎943-9725、☎923-1611)

佐伯運動公園でテニスコート・卓球場の早期利用が始まりました

■9月30日(土)まで

■7:30~9:00の1時間半が1時間料金で利用可能

■テニス510(子ども260)円、卓球300(子ども160)円

■利用日の1カ月前から電話か窓口で

■同佐伯運動公園(☎924-5012、☎942-3378)

募集

中山間地域お宝資源掘り起こし事業

中山間地域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。

■中山間地域の農林漁業者3人以上で構成される地域団体など

■所定の申請書で7月18日(火)(必着)までに区農林課へ。申請書は区農林課、市HPで

☎943-9767、☎943-9765

補助年度	補助率	補助限度額
初年度	補助対象経費の1分の1以内	100万円
2年度目	補助対象経費の3分の2以内	70万円
3年度目	補助対象経費の2分の1以内	50万円

学び舎佐助-ボランティアきっかけ講座-

■区に在住か通勤・通学する人

■7月12日~26日の(水)、10:00~12:00。全3回

■場区地域福祉センター(区役所別館)

■ボランティアグループの活動紹介

■電話かファクス、申し込みフォーム(上の二次元コード)で。先着30人

■区社会福祉協議会(☎921-3360、☎924-2349)



子育て

■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10:00~15:00

■場区役所別館

■当日会場

■同地域子育て支援センター(☎、☎921-5010)



■夏休み 親子料理教室

■小学生と保護者

■7月28日(金)10:00~12:00

■場区役所別館

■朝ごはん作り(カラフルおむすび、トマトと卵のふわとろスープ他)

■¥600円/組

■電話で。先着12組

■同地域支えあい課(☎943-9731、☎923-1611)

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(7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

五月が丘認定こども園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	19日(水)	10:00~10:40	一緒に遊ぼう*
花ぞの	927-8801	12日(水)	10:00~11:00	水遊びを楽しもう*
きらら	943-6790	20日(木)	10:00~10:45	水遊びを楽しもう*
アイگران 保育園城山	961-3320	7日(金)	10:00~11:00	七夕会*
アイگران 保育園三宅	533-8901	29日(土)	10:00~11:00	子育てワークショップ*
吉見園	943-7801	(月)~(金)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう*
こころはるか	941-1101	25日(火)	10:00~11:00	水遊びを一緒に楽しもう*
湯来	0829-83-0534	28日(金)	10:00~11:00	水遊びを楽しもう*
湯来南	0829-86-0610	14日(金)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
石内	941-0506	20日(木)	10:00~11:00	絵本の世界を楽しもう*
河内	928-0311	21日(金)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
五月が丘	941-0760	15日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
利松	928-7277	19日(水)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
八幡東	928-1855	21日(金)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
八幡	928-0400	15日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
千同	922-7766	20日(木)	10:00~11:00	身体を動かして遊ぼう*
坪井	921-1595	14日(金)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
三筋	923-3733	15日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
鈴峰園	921-1594	26日(水)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
五日市中央北	922-6334	8日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
五日市駅前	923-7959	19日(水)	10:00~11:00	夏の遊びを楽しもう*
五日市南	921-0017	1日(土)	10:00~11:00	サタデー広場*
美の里	922-6263	13日(木)	10:00~11:00	夏の遊び*

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	11日(火)	10:00~11:30	ルンビニ遊びの広場
ひろみ	923-8288	31日(月)	9:30~11:30	親子で遊ぼう!パンビルーム*
藤の木	927-5064	31日(月)	10:00~12:00	お水遊び(雨天:室内遊び)*
杉並台	0829-86-0286	12日(水)	10:00~11:30	プール遊び

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	19日(水)	10:00~11:00	水遊び*
サムエル美鈴が丘	928-4123	26日(水)	10:00~11:30	キッズクラブ*
サムエル薬師が丘	928-1414	4日(火)	10:00~11:30	水遊びしよう*
五月が丘	941-2960	5日(水)	10:30~11:30	水遊びをしよう*
五日市すみれ	926-2855	20日(木)	10:00~11:00	水遊び
光禅寺	922-3948	5日(水)	9:30~11:00	園庭開放
ひまわりいしうち	929-2011	7日(金)	10:00~11:00	七夕会*

※学校名は、令和4年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール 最優秀賞(佐伯警察署長賞)受賞当時のものです