

# くらしのガイド 南区版

## 健康

### 地域支えあい課 地域支援第二係

☎250-4108、☎254-4030

下記の集団検診を受ける人へ  
 ※受診の際には、「受診券」を持参してください。健康診査を受診する人は、「保険証」が必要です  
 ※生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時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です

### 集団検診

- ①健康診査、②肺がん検診、③大腸がん検診、④骨粗しょう症検診、⑤結核健診

※⑤はポイント対象外

- ①②③今年度末で40歳以上(①国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、②③会社などで受診可能な人は除く)、④男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢
- ⑤今年度末で65歳以上

期日	会場	時間
11/8(水)	東青崎集会所	9:00~11:00
11/20(月)	向洋新町会館	9:30~11:30
11/22(水)	段原南一丁目集会所 刈崎会館	9:30~11:30 13:30~14:30

①⑤無料、②③各400円、④1,000円

※大腸がん検診は、事前にご検診受診券に同封のがきで採便容器の請求を

### ⑥胃がん検診(X線検査)

今年度末で40歳以上(会社などで受診可能な人は除く)

期日	会場	時間
11/8(水)	東青崎集会所	9:00~11:00

¥1,100円

①~⑤当日会場で、⑥は市HPか集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、☎504-2258、平日9:00~16:30)へ。先着順

広島市 集団検診  検索

### 栄養相談

9月20日(休)9:30~10:30

区役所別館

肥満が気になる人の食事内容や、赤ちゃんの離乳食など、管理栄養士が個別で相談に対応

☎電話かファクスで



### + 400ml献血にご協力を +

日時	会場	時間
9/7(木)	荒神町小学校	13:00~16:00
9/8(金)	出汐第二公園	13:00~16:00
9/22(金)	段原集会所	13:00~16:00

問生活課(☎250-4103、☎254-9184)

### エイズ相談・HIV検査

毎週(火)の9:30~11:00

区役所別館

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

☎電話かファクスで

### 地域支えあい課 地域包括支援係

☎250-4109、☎254-4030

南区認知症の人と家族の交流会 情報交換をしたり、悩みを語り合う場です。

9月15日(金)13:30~15:00

区役所別館

☎電話かファクスで

### 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
10/2(月)	南蟹屋集会所	9:30~11:00
10/6(金)	堀越集会所	13:30~14:30
10/6(金)	東雲会館	9:30~11:30
10/8(日)	似島公民館	9:30~11:30

※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
10/8(日)	似島公民館	(胃がん) 9:00~10:30 (肺がん) 9:00~11:30

### 被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
10/13(金)	フレスタ宇品店	9:30~11:00

☎電話で

### 地域支えあい課 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、夜眠れない、人とうまく付き合えない、お酒、摂食、認知症などで悩んでいる人や周りの人

9月21日、10月5日の(木)、13:30~15:00 区役所別館

☎専門医による相談。秘密厳守

☎前日までに、電話で

## 子育て

### 地域支えあい課 地域支援第一係

☎250-4133、☎254-4030

離乳食教室-スタート編- 教室の他に離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が対応。

9月生後4~6カ月児の保護者

9月27日(休)10:00~11:00

区役所別館

☎離乳食の進め方と調理実演

☎電話かアプリ「母子モ」で

### いい歯すくすく教室

子どものいい歯を育むためのポイントを歯科衛生士がお話します。オープンスペースなので子どもと一緒に参加できます。

☎乳幼児と保護者

9月21日(休)10:30~11:30

区子育て広場 ぴよぴよ(大河公民館)



## 催し

### 地域支えあい課 地域支援第一係

☎250-4133、☎254-4030

### 障害福祉相談会

9月14日(木)10:30~12:00(受付は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、関係者からの相談に対応

☎障害者基幹相談支援センター(☎207-0636、☎207-0626)

### 宇品公民館

☎☎253-2529

(休火)、18日(祝)、23日(祝)

### 南区ハワイアンフェスタ

9月24日(日) 開演12:25

(開場12:00)

南区を中心に活動するハワイアンバンドとフラグループの演奏会



### 南区スポーツセンター

☎251-7721、☎251-7701

(休火)

### チャレンジ!バドミントン

中学生以上

10月19日(木)19:00~21:00

初心者にはラケットの持ち方から、経験者はステップアップを目指す【講師】広島ガスバドミントン部 ¥900円

9月1日(金)9:00から、窓口か電話で。先着12人

### わいわいキッズ-かけっこ巻-

①年中、年長の幼児、②小学校1~3年生 10月14日(土)①9:00~10:30、②11:00~12:30

速く走るための練習

①②各回600円

9月1日(金)の9:00から窓口か電話で。先着①②各30人

### 東雲屋内プール

☎☎286-6909

(休火)

### 親子プール体験

3歳以上の幼児と保護者

※おむつ使用不可

10月22日(日)15:30~16:30

子どもと水慣れ方法を学び、親子での触れ合いを楽しむ

¥800円

9月1日(金)9:00から窓口、10:00から電話で。先着10組

### お手軽!スイミング

18歳以上

9月11日、25日、10月2日の(月)、14:00~15:30

個人に合わせた指導で体力づくりやレベルアップを図る

¥700円

前開催日(9月11日)は9月4日(月)の9:00から窓口、10:00から電話で。先着各回12人

### 南区図書館

☎251-1080、☎252-4120

(休月(18日を除く)、19日火、26日火、29日金)

### こごまちゃんクラブ

乳幼児と保護者

9月9日(土)11:00から、12日(火)10:30、11:05から ☎絵本の読み聞かせやわらべ歌など

## 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を学ぶための介護教室を開催します。

☎高齢者を介護している家族やその支援者

日程	時間	内容
9/28(木)	13:30~15:00	「家庭や地域の防災対策 -要介護者の命を守るための事前の準備-」

☎光清学園地域福祉活動センター(南区出汐二丁目3-46)

【講師】県介護支援専門員協会南区ブロック長・鹿見勇輔氏

☎電話で光清苑(☎252-0588)へ。先着30人

☎地域支えあい課(☎250-4109、☎254-4030)

## 高齢者グラウンド・ゴルフ大会

区老人クラブ連合会が中心となり大会を開催します。来年10月に鳥取県で開催予定の「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」出場の区予選会も兼ねています。

☎区内に在住で来年度60歳以上の人(昭和40年4月1日以前生まれ)

10月3日(火)9:00から ※雨天の場合は5日(木)に順延

☎比治山下公園(南区比治山本町8) ☎会員500円、一般700円

☎9月8日(金)までに、会員は各学区会長経由、一般は電話かファクスで同連合会事務局へ

☎☎284-4331

## おとなのための歯科相談日

無料で歯の健康チェックや相談、ブラッシング指導を行います。「8020」いい歯の表彰のための検診も行います。80歳以上で20本以上自分の歯がある人を推薦します。

日程	時間	内容
9/14(木)	13:30~15:30	・歯科医師による相談指導と口腔診査 ・歯科衛生士によるブラッシング指導

区役所別館

☎電話で、地域支えあい課へ。先着12人

☎☎250-4108、☎254-4030

## 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

☎各園へ ★は予約が必要

保育園名	電話番号	日時	内容
荒神	262-6983	9/9(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
大州	286-4554	9/28(木) 10:00~11:00	★お話し会
青崎	281-2493	9/2(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
皆実	253-9415	9/9(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
大河	251-4894	9/27(水) 10:00~11:00	★運動遊び
仁保新町	282-4778	9/27(水) 10:00~11:00	★人形劇を楽しもう
仁保	281-1539	9/16(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
楠那	251-6843	9/12(火) 10:00~11:00	★園庭で遊ぼう
宇品東	254-1600	9/6(水) 10:00~11:00	★お話しを楽しもう
元宇品	251-2709	9/26(火) 10:00~11:00	★絵本を見よう
出島	254-6319	9/7(木) 10:00~11:00	★身体を動かして遊ぼう
似島	259-2131	9/28(木) 10:15~11:15	★園庭開放
うじな	251-4833	9/29(金) 10:00~11:00	★お月見会
みみょう	282-6366	(金) 10:00~11:00	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
段原みみょう	568-8330	(火)・(木) 10:00~12:00	管理栄養士による栄養相談、健康相談・身体計測、園開放、保育講座などのイベント参加
第二みみょう	283-0900	(月)・(水) 10:00~12:00	とんぼのめがねを作った遊ぼう
日出みみょう	569-4455	9/30(土) 10:00~12:00	★つぼみクラブ(親子体操) ※車での来園不可
ナーガ	255-8222	9/16(土) 10:30~11:15	★うえるかむでい
広島和光園保育所	253-4056	9/9(土) 10:00~12:00	★トランポックス ※車での来園不可
第二ナーガこども園	250-8022	9/19(火) 10:00~11:00	小麦粉粘土で遊ぼう!、身体測定(0.1歳児親子対象)
アイグラン保育園仁保	258-1220	9/16(土) 10:00~11:00	おいでよ!!Regalo Land-いごで遊ぼう-

幼稚園名	電話番号	日時	内容
青葉	281-2497	9/6(水) 10:30~11:45	園庭開放
安芸	251-0451	9/7(木) 10:00~11:30	★園庭開放
あさひ	254-2153	9/7(木) 10:30~11:30	あさひキッズ(親子体操)
大洲	281-0403	9/21(休) 9:30~11:00	園庭開放
こうわ	890-2226	9/28(木) 10:00~11:30	★親子触れ合い遊び
親和	254-3313	9/9(土) 10:00~11:30	★親子教室(コーナー遊び、絵本読み聞かせ)
清美	281-0477	9/5(火) 10:30~11:30	園庭開放、園内見学
谷の百合	251-6351	9/6(水) 9:30~10:30	園庭開放、お話し、子育て相談
比治山	261-3526	9/19(火) 10:30~12:00	★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	9/9(土) 9:00~10:00	★ちいさな運動会
フレーザー	251-6865	9/4(月) 9:00~10:00	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	9/6、20(水)の(水) 10:00~11:30	読み聞かせ、製作、戸外(雨天、砂場)遊び
洋光	281-5900	9/13(水) 8:30~12:30	園庭開放、コアラの会
みみょう	261-5330	(火)・(木) 10:00~12:00	園開放、絵本の読み聞かせ、手づくり遊び、育児相談ほか