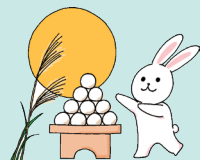


くらしの西区版 ガイド



子育て

地域支えあい課

☎294-6384, 294-6235
☎294-6113

■マタニティデイ

☎9月7日(木)13:15~14:15

☎区地域福祉センター

☎助産師によるおっぱいの話

☎電話(☎294-6384)で、前日までに

■離乳食教室スタート編

☎4~6カ月児の保護者(子ども同伴可)

☎9月21日(木)10:00~11:30

☎区地域福祉センター

☎離乳初期を中心とした離乳食の進め方

(話・調理実演、相談)

☎電話(☎294-6235)で。先着15組

地域子育て支援センター

☎503-6288 ☎294-6113

■オンラインおしゃべり広場

「ニコたん るんるん 広場」

動画アプリZoom上で気軽に交流できる「おしゃべり広場」を開設しています。

☎9月7日(木)10:30から

☎区HPから、指定の

メールアドレスへ



健康

生活課

☎294-6109 ☎294-6311

■献血にご協力を

会場	実施日時
ピュアークック観音店	10/3(火) 9:30~13:00 14:00~16:00
フジ庚午店 駐車場	10/5(木) 9:30~12:30 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
鈴が峰会館	9/20(水) 9:30~11:30
区地域福祉センター	9/28(木)

※肺がん検診(9:00~11:30)を同時に受診可

■被爆者がん検診

胃がん検診	
会場	実施日時
鈴が峰会館	9/20(水) 9:00~10:30
区地域福祉センター	9/28(木)

☎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

☎9月14日(木)、28日(木)の13:30~15:00

☎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。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)

☎9月21日(木)13:30~15:30

☎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

■認知症の人と家族の会

☎9月13日(水)13:00~15:00

☎区地域福祉センター

☎日頃の介護の悩みを話し合う座談会

☎電話(☎294-6289)で

■エイズ相談・抗体検査

☎毎週(火)9:00~11:00

☎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

■栄養相談日

☎9月12日(火)9:30~11:30

☎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

■歯科相談日

☎区内に在住の20歳以上の人

☎9月27日(水)13:30~15:30

☎区地域福祉センター

☎歯科医師による歯と歯茎のチェック、歯科衛生士によるブラッシング指導

☎電話(☎294-6235)で。先着8人

■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結核健康診断、④骨粗しょう症検診

会場	実施日時
山田地区集会所	9/6(水)
庚午北集会所	9/7(木) 9:00~11:00
古田公民館	9/13(水)
鈴が峰会館	9/20(水)

☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上、④受診時に40歳以上で5歳刻みの男性、20歳以上で5歳刻みの女性 ※いずれも会社などで健診を受けられる人は除く

☎②各400円、④1,000円

☎当日会場

■胃がん検診

☎今年度末で40歳以上

☎11月10日(金)9:00~11:00

☎区地域福祉センター

☎1,100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9:00~16:30)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

☎11月10日(金)9:00~11:00

☎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9:00~16:30)へ

■ミニ人間ドックの集団検診

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結核健康診断、④乳がん検診、⑤子宮頸がん検診、⑥骨粗しょう症検診が同時に受診出来ます。

※③は対象外

☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上、④今年度末で40歳以上の女性(受診は2年に1回)、⑤20歳以上の女性(受診は2年に1回)、⑥受診時に40歳以上で5歳刻みの男性、20歳以上で5歳刻みの女性 ※いずれも会社などで健診を受けられる人は除く

☎②各400円、④1,500円、⑤⑥各1,000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9:00~16:30)へ

☎注のついた健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、受診券に同封のはがきで事前に検便容器を請求。お急ぎの場合は電話(☎294-6235)で地域支えあい課へ

※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)で地域支えあい課へ

☎532-0927 ☎232-9783

■koikoiふれあい水辺フェスタ

☎9月30日(土)10:00~20:00

※雨の場合は翌日開催

☎新己斐橋下河川敷(じゃぶじゃぶ池)

☎ステージイベント、打ち上げ花火など

■やまなみハイキング

☎9月30日(土)8:30集合

※雨天中止

☎【集合場所】国泰寺駐車場(己斐上三丁目975-5)

☎【初心者コース】己斐峠→大茶白山→鉄塔(鉄投げ峠分岐)(昼)→丸山→権現峠→春日野第三公園(約5時間)

☎【健脚コース】己斐峠→大茶白山→丸山→権現峠(昼)→火山→武田山→大町東第二公園(約7時間)

☎☎区HPか電話で、参加者全員の

☎催し

☎地域起こし推進課

☎532-0927 ☎232-9783

☎koikoiふれあい水辺フェスタ

☎9月30日(土)10:00~20:00

※雨の場合は翌日開催

☎新己斐橋下河川敷(じゃぶじゃぶ池)

☎ステージイベント、打ち上げ花火など

☎やまなみハイキング

☎9月30日(土)8:30集合

※雨天中止

☎【集合場所】国泰寺駐車場(己斐上三丁目975-5)

☎【初心者コース】己斐峠→大茶白山→鉄塔(鉄投げ峠分岐)(昼)→丸山→権現峠→春日野第三公園(約5時間)

☎【健脚コース】己斐峠→大茶白山→丸山→権現峠(昼)→火山→武田山→大町東第二公園(約7時間)

☎☎区HPか電話で、参加者全員の

氏名(ふりがな)、年

齢、郵便番号、住所、電

話番号、希望のコース

を、9月15日(金)(必着)までに同課

へ。各コース抽選20組



☎コジマホールディングス 西区民文化センター

☎234-1960 ☎293-1860
☎休(月)(18日は除く)

☎柳家小八独演会

☎9月16日(土)14:00開演

☎広島出身の真打落

語家による独演会シ

リーズ。第42回目は

福山市出身の柳家小

八さんによる独演会

【演目】紺屋高尾ほか

☎前売り2,000(当日2,500)円

☎チケットはJMSアステールプラ

ザが各区民文化センター(安佐

北区は除く)で。事前予約は西区

民文化センターHPか電話、ファ

クスで西区民文化センターへ

☎親子でいっしょに笑顔いっばいコンサート

☎9月18日(祝)14:00開演

☎子どもからお年寄りまで家族

で楽しめるコンサート

☎西区スポーツセンター

☎272-8211 ☎272-8242
☎休(水)

☎水泳ワンポイントレッスン

☎小学生以上

☎9月16日(土)14:00~15:00(1人15

分程度)

☎水泳・水中運動に関するワンポ

イントレッスン

☎490円、18歳以下の子ども・65歳

以上240円

☎☎直接か電話で。先着4人

☎9月は「がん征圧月間」

がんは日本人の死因第1位です。また、日本人の2人に1人はがんになるといわれています。一方で、早期に発見できれば完治可能ながんも多くあります。日頃から運動・食生活など、健康的な生活習慣を心がけるとともに、定期的ながん検診を受けましょう。☎☎地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)



☎草津まちオープンミュージアム

草津のまち全体を博物館に見たてた催しです。盛りだくさんのイベントをお楽しみください。

☎9月10日(日)9:30~15:00

☎草津まちづくり交流広場(草津本町4番)など

※駐車場なし。公共交通機関でお越しを

☎まちガイド、ステージショー、酒蔵コンサートなど

☎草津公民館(☎271-2576、☎271-2642) ☎休(火)

☎区役所4階元気じゃけん食堂

「元気じゃけん定食」は、主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスの良い定食です。ぜひお越しください。

☎9月19日(火)12:00~13:30

☎食堂で「元気じゃけん定食」(490円、50食限定)を提供

☎☎地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)



☎いっしょに遊ぼう 常設オープンスペース にしくニコニコひろば

子育て中の親と子どもがいつでも気軽に集い

交流できる広場です。

☎市内に在住の0~2歳の子どもの保護者

☎☎休(月)~(金)(祝は除く)の10:00~15:00

☎☎区地域福祉センター



涼花ちゃん(1歳)とお母さん



☎子育て応援ボランティア募集中

にしくニコニコひろばでは、受け付けや見守りのボランティアを随時募集しています。資格や年齢などは問いません。

☎☎地域子育て支援センター(☎503-6288、☎294-6113)