

# くらしのガイド 安芸区版

市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは10月2日(月)からお願いします。

## 健康

### 地域支えあい課

☎821-2809、821-2820  
821-2810 ㊟821-2832

#### 健診・検診を受診する人へ

○市役所から送付している各種受診券を持ってきてください。お手元がない人は電話で同課へ  
○健康診査は保険証が必要です  
○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ってきた人は無料です  
○大腸がん検診の採便容器は受診券に同封の請求はがきで事前に請求を(2週間程度かかります)  
○ネット予約は

市HP ページ番号 1583012358

#### ミニ人間ドック

①健康診査とがん検診(②～⑥、1種類から可)が同時に受診できます。  
㊟職場などで受診機会がなく、①～④は今年度末で40歳以上の(①は国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者など)、⑤は今年度末で40歳以上の女性、⑥は受診時に20歳以上の女性(⑤⑥の受診は2年に1回まで)

期日	会場	時間	健診
12/24(日)	区総合福祉センター	9:00～11:30	①健康診査 ②胃がん(X線) ③肺がん ④大腸がん ⑤乳がん ⑥子宮頸がん

¥①無料、②1,100円、③④各400円、⑤1,500円、⑥1,000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

#### ①乳がん検診、②子宮頸がん検診

㊟職場などで受診機会がなく、①今年度末で40歳以上の女性、②受診時に20歳以上の女性。いずれも受診は2年に1回まで

期日	会場	受付時間
12/8(金)	区スポーツセンター	9:30～11:00

¥①1,500円、②1,000円  
㊟電話かファクスで集団検診予約ダイヤルへ

#### ①エイズ検査、②梅毒検査、③肝炎ウイルス検査

㊟③過去に受診したことがない20歳以上の人など  
㊟10月10日、24日(火)、10:00～11:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟電話(☎821-2809)かファクスで  
市HP ページ番号 169848

#### ■栄養相談日

㊟10月19日(木)9:30～11:30  
㊟区総合福祉センター  
㊟小学生以上の食事に関する個別相談  
㊟電話(☎821-2820)で。先着3組  
市HP ページ番号 162813

#### ■こころの健康相談日

㊟10月19日(木)13:30～15:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟精神科医師による個別相談を実施  
㊟電話(☎821-2820)で10月17日(火)までに。先着3組

#### ■安芸区家族の会

㊟在宅で高齢者や認知症の人を介護している家族など  
㊟10月17日(火)13:00～15:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟講演「薬剤師さんに聞きたいこと」、座談会  
【講師】船越南どんぐり薬局管理薬剤師・戸口拓士氏  
㊟電話(☎821-2810)で

#### ■藍の会・男介の集いふるさと

㊟在宅で高齢者や認知症の人を介護している家族など  
㊟10月13日(金)13:30～15:00  
㊟区慈楽福祉会地域交流スペース(中野三丁目9-5)  
㊟座談会  
㊟電話(☎821-2810)で。

#### ■家族介護教室

㊟高齢者を介護している家族や近隣の援助者など  
㊟10月19日(木)13:30～15:00  
㊟区慈楽福祉会地域交流スペース(中野三丁目9-5)  
㊟講演「上手に食べて、元気に長生き！」  
【講師】明治ウエルネス事業部管理栄養士・菊本順子氏  
㊟電話で瀬野川ホーム(☎893-1888)へ

#### ■原爆被害対策部援護課

☎504-2195、㊟504-2257

#### ■被爆者がん検診

期日	会場	種類	受付時間
10/30(月)	矢野東集会所	子宮がん・乳がん	9:30～11:00

㊟電話で

## 子育て

### 地域支えあい課

☎821-2820、㊟821-2832

#### ■栄養相談日(離乳食・幼児食編)

㊟10月18日(水)9:30～11:30  
㊟区総合福祉センター  
㊟栄養士による乳幼児期の食事に関する個別相談  
㊟電話で。先着3組  
市HP ページ番号 162813

#### ■5歳児発達相談

㊟区内に在住の4歳児(年中児に限る)、5歳児と保護者

㊟10月11日(水)13:30～16:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟心理相談員による個別相談  
㊟電話で。先着3組  
■健康相談室  
㊟区内に在住の乳幼児と保護者など

期日	会場	時間
10/4(水)	中野公民館	9:30～10:45
10/5(木)	瀬野福祉センター	
10/11(水)	区総合福祉センター☆	
10/13(金)	矢野出張所	
10/16(水)	阿戸福祉センター	13:30～14:15
10/25(水)	畑賀児童館	9:30～10:45
11/2(木)	瀬野福祉センター	

㊟保健師・子育て支援相談員などによる未就学児の身体計測、育児や健康の個別相談(☆は栄養士による栄養相談あり)  
㊟母子健康手帳、バスタオル  
㊟電話(☎821-2820)で。

市HP ページ番号 11837

#### ■離乳食教室 すくすく大きくなあれ!

㊟4～6カ月児と保護者  
㊟①10月17日、②11月7日(火)、10:00～11:15  
㊟区総合福祉センター  
㊟離乳食開始期の話と調理実演(試食なし)  
㊟①10月2日(月)、②10月16日(月)から、電話か母子モ(ひろしま子育て応援アプリ)で。先着10組

市HP ページ番号 162578

#### ■地域子育て支援センター

☎821-2821、㊟821-2832  
■はじめての子育てパパママ講座  
㊟第1子(3～7カ月)と保護者  
㊟10月30日(月)10:00～11:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟親子触れ合い遊び、情報交換など  
㊟電話で。先着10組

#### ■子育て常設オープンスペース「あおぞら安芸っ子」

子育て中の親子が気軽に集い・触れ合い・交流する場です。  
㊟乳幼児と保護者  
㊟平日10:00～15:00  
㊟区総合福祉センター  
㊟電話で  
市HP ページ番号 11836

#### ■あおぞら安芸っ子定例相談・イベントなど

期日	イベントなど	時間
10/17(水)	絵本の読み聞かせ	10:30～11:00
10/19(金)	食育相談	10:30～11:30
10/24(火)	生活習慣向上教室「朝ごはんを食べよう」	11:00～11:30
10/25(水)	まちの保健室	10:00～12:00
10/27(金)	触れ合い遊び	13:00～13:20

#### ■オンラインおしゃべり広場

オンラインで、「あおぞら安芸っ子」のスタッフ(保育士)が自宅のできる触れ合い遊びを開催しています。  
市HP ページ番号 164756

#### ■子育て相談

㊟平日の8:30～17:15(受け付けは17:00まで)  
㊟区総合福祉センター  
㊟保育士や保健師による未就学児の育児相談(面接は予約制)  
㊟電話で  
市HP ページ番号 189373

## お知らせ・催し

### 安芸区図書館

☎824-1056、㊟824-1057  
船越南三丁目2-16  
休(月)(10/9は除く)10/10

#### ■絵本の読み聞かせなど

日時	対象	講師
10/7(土) 10:30～11:00	幼児・小学生と保護者	ちいさいおうち
10/21(土) 10:30～11:00		えほんくらぶぐりとぐら
10/26(水) 10:30～10:55 11:05～11:30	乳幼児と保護者、妊婦・パートナー	この本だいすきの会

#### ■展示 広島再発見

㊟10月31日(火)まで  
㊟郷土資料から広島に関する本の展示  
■歩行年齢を上げるためのセルフケア

㊟11月5日(日)10:00～12:00  
㊟区民文化センター  
㊟自宅でできる歩き方やその改善方法についての講義と実践、ストレッチ  
【講師】市鍼灸師会副会長・渡邊政宏氏  
㊟飲み物、タオル、普段履いている靴、動きやすい服装  
㊟10月15日(日)9:00から、同館窓口か電話、ファクスで。先着20人

### 安芸区民文化センター

☎824-1330、㊟824-1337  
船越南三丁目2-16  
休(月)(10/9は除く)

#### ■児童劇鑑賞会「にんぎょうげき」

㊟11月23日(祝)10:30～11:30、13:30～14:30  
㊟人形劇団クラルテによる楽し

い人形劇。「うさぎのおうち」「ゴリラのパンやさん」の2本  
¥3歳以上500円  
㊟入場券は同センターで。先着120人

### 安芸区スポーツセンター

☎893-1998、㊟893-1857  
中野東二丁目3-1  
休(水)(祝日の場合は除く)

#### ■エンジョイ!スポーツ祭(スポーツの日)

㊟幼児以上  
㊟10月9日(祝)  
㊟イベント参加(下表)と一般利用の施設個人利用が無料

時間	内容
9:30～11:30	バウンドテニス体験会
10:00～11:00	運動遊び体験会
11:00～14:30	ウォーターキッズタイム 11:00～11:30 小プール 14:00～14:30 25mプール
13:00～15:00	水泳ワンポイントアドバイス

### ピアノ試奏会

堂々とした音の存在感がホールの隅々まで響き渡る、ヤマハ「CFX」を貸し切りのぜいたくな空間でじっくりと弾いてみませんか。  
㊟12月21日(木)、22日(金)、24日(日)、26日(火)、27日(水)の10:00～19:55  
㊟区民文化センター  
㊟1回55分ホール貸し切り  
¥2,000円  
㊟10月28日(土)9:30から、所定の申込書と参加料を同センター管理事務室へ。申込書は同センター、公民館で  
㊟☎824-1330、㊟824-1337  
休(月)(10月9日は除く)

### 保育園・幼稚園・認定こども園が子育てを応援!

㊟通園していない乳幼児と保護者  
㊟各園(※は予約が必要です)

園名	電話番号	日時(10月)	内容
阿戸認定こども園	856-0757	4日(水)	体を動かして遊ぼう※
中野	893-1108	20日(金)	体を動かして遊ぼう※
中野めいわ	892-3900	19日(木)	園庭開放(雨天中止)※
中野ルンビニ	892-4477	5・19日(水)	芝生・砂場・ウッドデッキ・くりの木ひろばで遊ぼう
中野ルンビニえきまえ	516-6600	11・25日(水)	ひだまりひろばで遊ぼう
アイグラン保育園中野東	516-7230	19日(木)	園庭開放※
畑賀	827-0921	11日(水) 14日(土)	体を動かして遊ぼう※ サタデー広場※
光明寺	823-2553	毎週(月～金)	入園電話相談
船越西部	822-6843	10日(火)	絵本に親しもう※
船越南部	822-2170	12日(木)	体を動かして遊ぼう※
船越めぐみ	823-2930	21日(土)	9:00～12:00 作品展※
上瀬野	894-3540	5日(木)	10:00～11:00 カワイ音楽コンサート※
のんの	894-8508	10日(水)	9:40～10:30 人形劇「金のおの銀のおの」※
のんの・みどり坂	894-9000	10日(水)	12:00～12:50 人形劇「金のおの銀のおの」※
矢野中央	888-0108	14日(日)	サタデー広場※
矢野西	888-1900	5日(木)	10:00～11:00 体を動かして遊ぼう※
矢野東	888-3520	30日(月)	秋の自然で遊ぼう※
矢野みどり	889-2660	25日(水)	0歳児親子・妊婦さんのベビークラブ※
おさんぼ	889-2770	26日(木)	0歳児親子・妊婦さんのベビークラブ※
中野ルンビニ	892-0855	毎週(金)	10:00～12:00 園庭開放
ひかり	827-0841	4日・18日(水)	10:30～12:00 親子で遊ぼう
船越	823-0064	24日(火)	11:00～13:00 幼稚園でお弁当を食べよう
瀬野	894-0994	3日(水)	9:30～11:00 運動遊びをしよう
矢野	889-3127	3日(水)	9:30～11:30 運動会ごっこをしよう
矢野みどり	889-1660	25日(水)	11:00～12:00 園庭開放

☆表にない日程は区HPの「子育て」をご覧ください