くらしのガイド 東区版

区役所各課へのお問い合わせ・申し込みは10月2日(月)から

健　康

地域支えあい課
☎568-7729、568-7731、568-7735、FAX568-7790

●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 いきいき
※③はポイントの対象外
対いずれも会社などで受診できる人は除く、①②今年度末で40歳以上、③65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

期日	会場	時間
10/4(水)	中山集会所	9:00～11:00
10/18(水)	若草集会所	9:30～11:30
10/27(金)	福田公民館	9:00～11:00

¥①③無料、②各400円
申当日会場で

●胃がん検診(バリウム) いきいき
対今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
12/6(水)	区総合福祉センター	9:00～11:00
12/11(月)	神田山荘	

¥1,100円
申予約ダイヤル(0120-489-431、平日9:00～16:30、FAX504-2258)へ。先着順

●①子宮頸(けい)がん検診、②乳がん検診 いきいき
対①受診時に20歳以上の女性、②今年度末に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
12/19(火)	温品集会所	9:30～11:00

¥①1,000円、②1,500円
申予約ダイヤル(0120-489-431、平日9:00～16:30、FAX504-2258)へ。先着順

●ミニ人間ドック いきいき
健康診査とがん検診(胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん)を同時に受診できます。対象者、自己負担金は上記の各健診・検診と同様

期日	会場	時間
12/26(火)	区総合福祉センター	9:00～11:30

申予約ダイヤル(0120-489-431、平日9:00～16:30、FAX504-2258)へ。先着順

左記の健(検)診を受診する人へ
持受診券、健康診査を受診する人は健康保険証
¥各種がん検診では、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(健康保険証など)を持ってきた人は無料
※大腸がん検診は事前に専用はがきで検便容器の請求を

●専門医による心の健康相談
日10月12日、26日の(木)、11月1日(水)、13:30～15:00　場区総合福祉センター
内不眠や認知症、引きこもり、アルコール問題など。秘密厳守
申電話(☎568-7735)で

新牛田公園管理センター
☎224-2543、FAX224-2543

●いきいき健康フェスティバル
日10月21日(土)10:00～15:00、雨天順延　場新牛田公園・牛田総合公園(牛田新町1丁目8-5)
内①ノルディック・ウオーク、②フォレストアクティビティ、③公園遊び、④パークスポーツ、⑤健康情報コーナー
申①②電話、ファクスで10月18日(水)までに

原爆被害対策部援護課
☎504-2195、FAX504-2257

●被爆者健康診断 いきいき

期日	会場	時間
10/18(水)	若草集会所	9:30～11:30
10/24(火)	区総合福祉センター	
10/27(金)	福田公民館	

※肺がん検診も同時に受診可

●被爆者胃がん・肺がん検診 いきいき

期日	会場	時間
10/24(火)	区総合福祉センター	胃がん 9:00～10:30 肺がん 9:00～11:30
10/27(金)	福田公民館	

申胃がん検診は事前に電話で

●被爆者子宮がん・乳がん検診 いきいき

期日	会場	時間
10/24(火)	区総合福祉センター	9:30～11:00

申事前に電話で

子育て

地域支えあい課
☎568-7729、568-7735
FAX568-7790

●東区子育て交流ひろば"ぽっぽひがし"
対未就園児と保護者
日(月)～(金)の10:00～15:00
【ひろばのイベント】

日	時	内容
10/4(水) 11/1(水)	10:30～12:00	栄養士による相談
10/10(火) 11(水) 18(水) 24(火)	10:00～12:00	小学生と遊ぼう
10/12(木)	10:30～11:00	お話「テレビを見る時間を決めよう」
10/17(火)	10:00～11:30	助産師による相談
10/19(木)	13:15～13:40	触れ合い遊び
10/27(金)	10:30～11:00	親子遊び
11/2(木)	10:30～11:30	タッチケア教室※

場区総合福祉センター
申※のみ事前に電話で

催しもの

東区図書館
☎262-5522、FAX264-2610
休(月)(9日は除く)、10日(火)

●わくわく図書館講座「広島城下の干拓事情」 いきいき
日11月11日(土)10:00～12:00
場区民文化センター
内江戸時代の広島城下の海岸線で行われていた干拓について、現在の広島駅、二葉山周辺を中心に、土地が広がっていった様子を紹介　【講師】広島城学芸員・本田美和子(ほんだみわこ)氏
申10月1日(日)9:00から直接か電話、ファクスで。先着40人

お知らせ

生活課
☎568-7725、FAX264-5271

●献血にご協力を
日10月6日(金)9:30～12:30、13:45～16:30
場マックスバリュ広島駅北口店北側(若草町11-2)

地域起こし推進課
☎568-7704、FAX262-6986

●東区応援隊大募集-「イズミメイプルレッズ」の応援に行こう！-
日10月21日(土)14:00試合開始
場マエダハウジング東区スポーツセンター
【対戦相手】飛騨高山ブラックブルズ岐阜
¥無料(130人まで)　※チケットは13:30から当日受け付けで渡します
申電話かファクスで、10月13日(金)までに、先着順

東区家族介護教室 いきいき
介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などについて学ぶ場です。
対高齢者を介護している家族や近隣の援助者

日時	内容	会場
10/16(月) 14:00～15:00	①『ウン知育教室』【講師】広島中央ヤクルト販売 山本人史(やまもとひとし)氏	あけぼの寿老園(曙1-1-28)
10/27(金) 14:00～15:00	②『カラダは食べた物からできている-元気な人生100年のためのヒント-』【講師】明治・米田麻衣(よねだまい)氏	馬木公民館

問①特別養護老人ホームあけぼの寿老園　☎568-6541、FAX568-6542
②特別養護老人ホーム虹の里　☎508-5551、FAX508-5550

東区市民公開講座 いきいき
全国で活躍している講師二人による市民公開講座です。
日11月26日(日)10:00～12:40　場区民文化センター

	題目	講師
1部	共に生きる－がんになってからの生き方－	薬剤師・久田邦博氏
2部	お笑いダイエット＆健康セミナー	ヤセ騎士氏

申HPかファクス(FAX221-1718)、はがきで、住所・氏名・年齢・電話番号・同伴者(1人のみ)の名前と年齢を、10月27日(金)(必着)までに、「東区市民公開講座係」(〒730-0013　中区八丁堀11-28)へ。抽選540人
問地域支えあい課(☎568-7731、FAX568-7790)

東区家族介護者交流会 いきいき
対区内に在住の自宅で介護をしている人
日11月22日(水)10:00～16:00
場国民宿舎・湯来ロッジ(湯来町多田2563-1)　¥1,000円
申電話かファクスで、先着25人
問特別養護老人ホーム虹の里へ。☎508-5551、FAX508-5550

募集　ひがし区民文化祭「舞台発表」参加団体「東区民作品展」作品

●舞台発表
対音楽や踊りなど区内で活動している団体(1団体5人以上)
日来年2月17日(土)、18日(日)の10:00開演予定
場区民文化センター・ホール　【参加費】3,000円／団体
【募集団体数】各日25団体(応募多数の場合は抽選)
【募集締切】11月5日(日)(必着)

●東区民作品展
対区内に在住・通勤・通学か区で活動している人・団体
日来年2月14日(水)～18日(日)
場区民文化センター・ロビーギャラリー　【応募点数】先着100点
内絵画・書・写真・手工芸などの作品　【募集締切】12月27日(水)(必着)

申所定の申込用紙を持参かファクス、郵送で、同区民文化センターへ。申込用紙は東区役所・区内の公民館・同区民文化センター・東区図書館で
問東区民文化センター(☎264-5551、FAX264-5774)

幼稚園が子育てを応援します(10・11月分)
対幼稚園に通っていない乳幼児と保護者。詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての幼稚園で実施しています。

園名	電話番号	日時		内容／制限(ある場合)
(市立)温品	289-3758	10/3(火)	9:30～11:30	にこにこランド　親子ヨガをしよう【講師】鉄増千夏(てつますちなつ)氏／未就園児
		10/14(土)	9:00～11:30	にこにこランド　運動会のかけっこに参加しよう／未就園児
		11/7(火)	9:30～11:30	ぴょんぴょんランド　運動遊びをしよう／平成31.4.2～令和3.4.1生まれ
		11/14(火)		にこにこランド　人形劇をみよう【講師】おはなしドンドン／未就園児
福木	899-2153	10/4(水)	9:30～11:30	運動会ごっこをしよう／満2歳児から
		10/14(土)	9:10～9:40	運動会に参加しよう／未就園児
		10/25(水)	9:30～11:30	親子で人形劇を観よう　【講師】おはなしドンドン／未就園児
		11/8(水)	9:30～12:00	秋の自然物で遊ぼう、お弁当を食べよう／満2歳児から
		11/14(火)	9:30～11:30	焼き芋会に参加しよう／満2歳児から
		11/28(火)		わらべ歌遊びをしよう／未就園児
矢賀	282-8483	10/3(火) 17(火) 30(月) 11/8(水) 22(水) 30(木)	9:30～11:30	なかよし広場「園庭開放」
		10/10(火)		うさぎルーム「体操、かけっこをしよう」／満3歳児
		10/14(土)	9:00～11:30	わくわくランド「幼稚園の運動会に参加しよう」
		10/18(水)	9:30～11:30	わくわくランド「季節の製作遊び、10月誕生会」
		10/25(水)	10:00～12:30	うさぎルーム「お弁当会」、持お弁当／満3歳児
		11/14(火)	9:30～11:30	わくわくランド「運動遊びをしよう、11月誕生会」
		11/15(水)		うさぎルーム「季節の自然物で作って遊ぼう」／満3歳児
		11/20(月)		わくわくランド「園児と一緒に人形劇を観よう」　【講師】はばぼーる氏
(私立)安芸みのる	899-2364	10/2(月) 16(月) 11/13(月) 20(月)	10:00～11:30	リトミック、紙しばい、絵本の読み聞かせ、ドリンクタイムなど
あやめ	221-3106	10/17(火) 11/7(火) 21(火)	10:00～11:15	園庭・保育室開放　親子制作
		10/7(土)	9:30から	運動会　未就園児プログラム(新牛田公園多目的広場)
比治山大学短期大学部付属	229-5581	10/2(月)～11/30(木)	10:00～11:30	すくすく広場(園庭・保育室の開放)／未就園児
		10/12(木) 11/9(木)		タッチ＆プレイ／歩くまでの赤ちゃん
JOHOKUこども(じょうほく)アカデミー	229-0114	10/30(月)	10:30～12:00	オープンスペース　園庭開放(要予約・保険料100円)
		11/8(水) 11/9(木)	10:30～11:30	未就園児親子教室(バンビ教室)(要予約・保険料100円)
広島女学院ゲーンス	228-6635	11/18(土) 25(土)	9:30～11:30	ファミリーデイ(園庭開放)(HPより要申込)
二葉	262-0027	10/25(水) 11/29(水)	10:00～10:30	見学会(要予約)/通園していない乳幼児
		10/18(水) 11/22(水)	14:00～15:00	親子制作(要予約)/通園していない乳幼児
ゆうき	229-4525	10/3(火) 11/7(火)	9:30～10:30	園庭開放(要予約)(雨天中止)
的場	261-1802	10/13(金) 11/10(金)	10:30～11:45	ホール・園庭開放、絵本貸し出し
		10/27(金) 11/24(金)		園庭のみ開放(雨天中止)

※11月1日号には、区内の保育園の11月分と12月分の記事を掲載します