

# くらしのガイド 安芸区版

## 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  
○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種類から受診可)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歳以上の人(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        | 受付時間       | 検診   |
|----------|-----------|------------|--|
| 来年1/9(火) | 区総合福祉センター | 9:00～11:30 | ①健康診査<br>②胃がん(X線)<br>③肺がん<br>④大腸がん<br>⑤乳がん<br>⑥子宮頸がん |
| 1/28(日)  | 矢野東集会所    |            |  |

¥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、平日9:00～16:30、㊟504-2258)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       |
|---------|-----------|------------|
| 1/12(金) | 区スポーツセンター | 9:30～11:00 |
| 1/31(水) | 矢野みなみ会館   |            |

¥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  
㊟11月14日、28日の㊟10:00～11:00

場区総合福祉センター

㊟電話(☎821-2809)で

市HP ページ番号 169848

#### ■総合健康相談室

㊟11月16日(水)9:30～11:00

場区総合福祉センター

㊟医師、保健師、栄養士による健康相談

㊟電話(☎821-2809)で。先着3組

#### ■栄養相談日

㊟11月30日(水)9:30～11:30

場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

㊟11月16日(水)13:30～15:00

場区総合福祉センター

㊟精神科医による個別相談

㊟電話(☎821-2820)で11月14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

㊟11月21日(火)13:00～15:00

場区総合福祉センター

㊟講演「介護保険サービスの利用について」、座談会

【講師】慈楽福祉会あきなかの訪問介護事業所管理者・古武家舞氏  
㊟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

㊟11月10日(金)13:30～15:00

場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

㊟11月15日(水)11:00～12:00

場矢野公民館

㊟講演「老人性難聴と老人性嚥下機能低下への対応」

【講師】老人保健施設スカイバード言語聴覚士・杉村暁生氏

㊟電話で矢野おりづる園(☎822-1228)へ

### 原爆被害対策部援護課

☎504-2195、㊟504-2257

#### ■被爆者子宮がん・乳がん検診

| 期日       | 会場        | 受付時間       |
|----------|-----------|------------|
| 11/17(金) | 区スポーツセンター | 9:30～11:00 |
| 11/24(金) |           |            |
| 12/8(金)  |           |            |

㊟電話で

## 子育て

### 地域支えあい課

☎821-2820、㊟821-2832

#### ■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          |
|----------|------------|-------------|
| 11/8(水)  | 区総合福祉センター★ | 9:30～10:45  |
| 11/9(木)  | 矢野みなみ会館★   |             |
| 11/10(金) | 矢野出張所      | 10:00～10:45 |
| 11/15(水) | 中野東児童館★    |             |
| 11/22(水) | 畑賀児童館★     | 9:30～10:45  |

㊟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

市HP ページ番号 11837

#### ■栄養相談日(離乳食・幼児食編)

㊟11月29日(水)9:30～11:30

場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

㊟11月8日(水)13:30～16:00

場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

### 地域子育て支援センター

☎821-2821、㊟821-2832

#### ■あきっこ子育てセミナー

| 期日        | 時間          | 対象者            |
|-----------|-------------|----------------|
| ①11/15(水) | 10:00～11:00 | 7カ月～1歳2カ月児と保護者 |
| ②12/8(金)  | 10:00～10:50 | 1歳～1歳6カ月児と保護者  |
|           | 11:10～12:00 | 1歳7カ月～未就園児と保護者 |

場区総合福祉センター

㊟①親子触れ合い遊び、手作りおもちゃの紹介、情報交換、②親子の運動遊び

【講師】②スポーツインストラクター・田村裕子氏

㊟電話で。各回先着10組

市HP ページ番号 183380

#### ■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

㊟平日の10:00～15:00

場区総合福祉センター

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       | 内容  | 時間          |
|----------|---|-------------|
| 11/7(火)  | 触れ合い遊び                                    | 11:00～11:30 |
| 11/14(火) | 絵本の読み聞かせ                                  | 10:30～11:00 |
| 11/16(水) | 食育相談                                      |             |
| 11/24(金) | いい歯すくすく教室(ミニ講座と個別相談)<br>※個別相談は電話で予約。先着10組 | 13:30～14:30 |
| 11/28(火) | 生活習慣向上教室                                  | 11:00～11:30 |

#### ■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)が自宅でできる触れ合い遊びを紹介します。市HP ページ番号 164756

#### ■子育て相談

㊟平日8:30～17:15(受け付けは17:00まで)

場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(面談は予約制)

市HP ページ番号 189373

## お知らせ・催し

### 生活課

☎821-2804、㊟821-2832

#### ■400ml献血にご協力ください

| 期日       | 会場                     | 時間                        |
|----------|------------------------|---------------------------|
| 11/11(土) | 瀬野川アグリセンター(元JA安芸瀬野支店)  | 9:00～12:30<br>13:30～15:30 |
| 11/19(日) | JAひろしま海田アグリセンター畑賀店 駐車場 | 9:00～12:00<br>13:00～15:30 |

### 安芸区図書館

☎824-1056、㊟824-1057  
船越南三丁目2-16  
休(月)、11/7、24、30

#### ■絵本の読み聞かせなど

| 日時                                  | 対象               | 講師       |
|-------------------------------------|------------------|----------|
| 11/4(土) 10:30～11:00                 | 幼児・小学生と保護者       | プチひだまり   |
| 11/16(水) 10:30～10:55<br>11:05～11:30 | 乳幼児と保護者、妊婦・パートナー | きらきら     |
| 11/18(土) 10:30～11:00                | 幼児・小学生と保護者       | おはなしパンパー |

### 安芸区民文化センター

☎824-1330、㊟824-1337  
船越南三丁目2-16  
休(月)

#### ■落語鑑賞会

㊟11月3日(水)13:00～15:30

¥700(当日1,000)円。チケットは同センターで

#### ■あきクラシックコンサート

㊟11月4日(土)、5日(日)の14:00から(13:30開場)

#### 健康ウォーキング講座

㊟市内に在住で医師から運動を禁止されていない人

| 日程(全3回)  | 内容                        | 時間          |
|----------|---------------------------|-------------|
| 12/4(月)  | 歩行姿勢測定を行って、効果的な歩き方を身に着よう! | 14:00～15:30 |
| 12/11(月) | ウォーキングの手法を学ぼう!            |             |
| 12/18(月) | 実際にみんなで歩いてみよう!            |             |

場区スポーツセンター

㊟室内シューズ、飲み物、タオルなど

㊟電話(☎821-2809)で。先着30人  
㊟地域支えあい課(☎821-2809、㊟821-2832)

### 市民公開講座「我がまち、認知症になっても大丈夫? - 認知症になっても地域で安心して暮らしていくための取り組み -」

区内の認知症に関する取り組みを紹介します。自身や家族、身近な人が認知症になっても地域で安心して暮らしていくための手がかりを考えてみませんか。

㊟来年1月27日(土)14:00～15:30

場①区民文化センター、②ケアハウス安芸中野、③瀬野福祉センター、④阿戸福祉センター、⑤オンライン

②～⑤は、①からの配信を視聴

㊟区内の医療機関や認知症支援団体からの活動報告、シンポジウム  
㊟右下の二次元コードか、電話、ファクスで、12月28日(木)までに、区地域保健対策協議会(☎823-4931、㊟823-7143)へ。

各会場先着①150人、②～④各30人、⑤200人、  
㊟地域支えあい課(☎821-2810㊟821-2832)



### 高齢者囲碁大会

令和6年に鳥取県で開催される「ねんりんピック」の区予選会を兼ねています。

㊟区内に在住の昭和40年4月1日以前に生まれた人

㊟12月20日(水)10:00から(受け付け9:30)

場矢野老人いこいの家清風荘(予定)(矢野西三丁目18-33)

¥1,000円(老人クラブ会員は500円)

㊟往復はがきで、住所、氏名、生年月日、電話番号、段・級位、昼食(750円の弁当)希望の有無を11月20日(月)(必着)までに区老人クラブ連合会(〒736-0085 安芸区矢野西五丁目18-33 矢野老人いこいの家内)へ。老人クラブ会員は、直接学区老人クラブ連合会へ  
㊟区老人クラブ連合会(☎㊟888-6810、祝を除く(月)10:00～16:00)



### 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)

「あそびにきてね」



| 園名          | 電話番号     | 日時(11月)      | 内容                         |
|-------------|----------|--------------|----------------------------|
| 阿戸認定こども園    | 856-0757 | 18日(土)       | サタデー広場※                    |
| 中野          | 893-1108 | 15日(水)       | 秋の自然で遊ぼう※                  |
| 中野めいわ       | 892-3900 |              | 園庭開放※                      |
| 中野ルンビニ      | 892-4477 | 16日(木)       | 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 | 8日、22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 | 9日(木)        | 人形劇※                       |
| 畑賀          | 827-0921 | 8日(水)、11日(土) | 絵本に親しもう※<br>サタデー広場※        |
| 光明寺         | 823-2553 |              | 入園相談は随時受け付け(平日10:00～16:00) |
| 船越西部        | 822-6843 | 4日(土)        | サタデー広場※                    |
| 船越南部        | 822-2170 | 4日(土)        |                            |
| 船越めぐみ       | 823-2930 | 15日(水)       |                            |
| 上瀬野         | 894-3540 | 9日(木)        | 馬を見に行こう※                   |
| のんの         | 894-8508 | 毎週(金)        | 園庭開放※                      |
| のんのみどり坂     | 894-9000 | 30日(日)       | つくってみよう※                   |
| 矢野中央        | 888-0108 | 11日(土)       | サタデー広場※                    |
| 矢野西         | 888-1900 | 9日(木)        | 秋を感じて遊ぼう※                  |
| 矢野東         | 888-3520 | 11日(土)       | サタデー広場※                    |
| 矢野みどり       | 889-2660 | 8日、22日(水)    | 0歳児親子・妊婦さんのベビークラブ※         |
| おさんぽ        | 889-2770 | 9日(木)        |                            |
| 中野ルンビニ      | 892-0855 | 毎週(金)        | 園庭開放                       |
| ひかり         | 827-0841 | 15日(水)       | 親子で遊ぼう                     |
| 船越          | 823-0064 | 7日(火)        | 親子でリズム遊びをしよう               |
| 瀬野          | 894-0994 | 8日(水)        | スポーツインストラクターの先生と運動遊びをしよう   |
| 矢野          | 889-3127 | 14日(水)       | パネルシアターを観よう「スキップさん」        |
| 矢野みどり       | 889-1660 | 8日、22日(水)    | 園庭開放                       |

☆表にない日程は区HPの「子育て」をご覧ください