

# くらしのガイド 安佐北区版

## 献血にご協力を

400mlのみの受け付けです。

開催日	会場	時間
11/5(日)	倉掛公民館	9:00~12:00 13:00~15:30

岡生活課(☎819-0575、☎819-0602)

## 健康

原爆被害対策部(☎504-2195) 援護課(☎504-2257)

### ◆被爆者健康診断・がん検診

#### ●健康診断

開催日	会場	時間
11/15(水)	白木公民館	10:00~11:30
11/27(月)	三田集会所	
11/28(火)	区総合福祉センター	10:00~11:00
12/1(金)	後山集会所	
12/1(金)	筒瀬福祉センター	13:00~14:00
12/4(月)	高陽公民館	10:00~11:30
12/6(水)	倉掛公民館	10:00~11:00
12/6(水)	落合集会所	13:00~14:00

※肺がん検診を同時に受診可

#### ●胃がん・肺がん検診

開催日	会場	時間
11/27(月)	三田集会所	(胃がん) 9:00~10:30 (肺がん) 9:00~11:30
12/4(月)	高陽公民館	(胃がん) 9:00~10:30 (肺がん) 9:00~11:30

#### ●子宮がん・乳がん検診

開催日	会場	時間
12/10(日)	三入公民館	9:30~11:00

※胃がん・子宮がん・乳がん検診は予約制

☎電話で

地域支えあい課(☎819-0616) 地域支援第一係(☎819-0602)

### ◆精神科医師による心の健康相談

夜眠れない、ストレスによる心身の不調、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人  
11月16日(木)13:30~15:00  
区総合福祉センター

☎電話で前日までに同課へ。先着2人  
地域支えあい課(☎819-0586) 地域支援第二係(☎819-0602)

健康診断などを受診する際には、受診券が必要(受診券がない人は事前に連絡を)。

がん検診を受診する場合、生活保護世帯・市民税非課税世帯・70歳以上を証明するもの(保険証など)を持参した人は無料。また、会社などで受けられる人は除く

#### ◆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

今年度末40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  
開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

◆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

今年度末40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  
開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

※①無料、②各400円

☎受診券と保険証

☎当日会場。大腸がん検診は

がん検診受診券に同封しているはがきで、事前に採便器の請求を

#### ◆③胃がん検診(X線)

今年度末で40歳以上、会社などで検診を受けられる人は除く  
開催日 会場 時間  
来月 1/10(水) 口田公民館 9:00~11:00

※1,100円  
◆④子宮頸がん検診、⑤乳がん検診  
今年度末で40歳以上の女性。いずれも受診は2年に1回  
開催日 会場 時間  
1/16(火) 区総合福祉センター 9:30~11:00

※④1,000円、⑤1,500円

#### ◆ミニ人間ドック

上記の健診や検診①~⑤を同時に受診できます。  
開催日 会場 時間  
1/18(木) 真亀公民館 9:00~11:30  
1/30(火) イオンモール広島祇園 10:00~12:30

※③胃がん・④子宮頸がん・⑤乳がん検診、ミニ人間ドックは予約制  
☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、☎504-2258)か市HPで。先着順

開催日 会場 時間  
1/18(木) 真亀公民館 9:00~11:30  
1/30(火) イオンモール広島祇園 10:00~12:30

※③胃がん・④子宮頸がん・⑤乳がん検診、ミニ人間ドックは予約制

☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、☎504-2258)か市HPで。先着順

開催日 会場 時間  
1/18(木) 真亀公民館 9:00~11:30  
1/30(火) イオンモール広島祇園 10:00~12:30

※③胃がん・④子宮頸がん・⑤乳がん検診、ミニ人間ドックは予約制

☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、☎504-2258)か市HPで。先着順

開催日 会場 時間  
1/18(木) 真亀公民館 9:00~11:30  
1/30(火) イオンモール広島祇園 10:00~12:30

※胃がん・子宮がん・乳がん検診は予約制

☎電話で

地域支えあい課(☎819-0616) 地域支援第一係(☎819-0602)

### ◆常設オープンスペース

乳幼児と保護者、妊婦さんが気軽に集い交流できる場です。詳しくは下の二次元コードで  
スマイルあさきた

開催日 会場 時間  
11/18(日) 10:00~15:00(祝・休は除く)  
区総合福祉センター  
岡地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

開催日 会場 時間  
11/28(火) 区総合福祉センター 9:00~11:00  
12/4(月) 倉掛公民館  
12/5(火) 桐陽台コミュニティセンター 13:30~14:30  
12/7(木) 口田公民館

### ☎ベビーマッサージ

【講師】なゆた助産所助産師・中岡祐子氏

☎電話で。先着10組  
岡地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)

地域支えあい課(☎819-0586) 地域支援第二係(☎819-0602)

### ◆栄養相談日

管理栄養士が赤ちゃんから高齢者までの普通の食事について相談に応じます。

開催日 会場 時間  
11/30日(休)9:30~11:30。1人30分程度  
区総合福祉センター

☎電話で同課へ。先着4人  
◆健康相談室

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

\*は栄養士による栄養相談も併せて行います  
☎健康・育児相談、身体測定。詳しくは電話か市HPで

☎母子健康手帳、バスタオル

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

開催日 会場 時間  
11/13(月) 高陽公民館  
11/14(火)\* 区総合福祉センター 9:30~11:00  
11/15(水)\* 真亀公民館  
11/17(金) 安佐公民館  
11/21(火) 久地南集会所 10:00~11:00  
11/22(水) 白木公民館  
11/24(金) 口田公民館 9:30~11:00

### ◆初回100円。2回目からは通常の施設利用料(大人560円、シニア・中学生~高校生\*310円)

☎電話か来館で。前日までに

◆燃やせ!体脂肪-はじめてのエアロビクス-

開催日 会場 時間  
11/18(土) 14:00  
11/10日~24日の(金)13:30~14:30

開催日 会場 時間  
11