

くらしのガイド 佐伯区版



健康

地域支えあい課

☎943-9731、☎923-1611

各種がん検診を受診する人へ

生活保護世帯・市民税非課税世帯(世帯全員分)・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

①のついた検診は、受診希望日の前日までに集団検診予約専用ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、☎504-2258)へ。インターネット予約(右二次元コード)も可



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

①②今年度末で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が対象。③今年度末で65歳以上。いずれも会社などで受診できる人は除く。受診は年1回

期日	会場	時間
来年1/10(水)	五月が丘公民館	9:30~11:30

①②③無料、②各400円
持受診券(①③は保険証も)

申当日会場。大腸がん検診の採便容器は、受診券に同封しているはがきで事前に請求を

①子宮頸がん検診、②乳がん検診

①①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)

期日	会場	時間
1/19(金)	八幡公民館	9:30~11:00

①①1,000円、②1,500円
持受診券

申

■こころの相談

日11月16日、12月7日の(木)、13:30~15:00
場区役所別館
内精神科医による個別相談
申電話で同課(☎943-9733)へ。先着各2人

■認知症の人と家族の会「みんなで行こう!日帰りリフレッシュ・湯来ロッジ」

区内に在住で、在宅で認知症や寝たきりの高齢者を介護しているか、過去に介護の経験がある人

日11月29日(水)10:30~15:00

【集合場所】区役所別館

内食事と懇親会

¥2,000円

申電話で、区社会福祉協議会(☎921-3113)へ。先着20人

■今日からデキル!健康生活の術-運動編-

日11月14日(火)10:00~11:30

場区役所別館

内糖尿病についてのミニ講座、お手軽エクササイズ

【講師】健康運動指導士・久保恵氏

申電話かファクスで。先着30人

申電話かファクスで。先着30人

申電話かファクスで。先着30人

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 時間

12/1(金)	五日市中央公民館	9:30~11:00
---------	----------	------------

申電話で

催し

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742
休(月)、7日(火)、24日(金)、30日(水)

■おはなし会

内幼児・小学生と保護者

日11月4日(土)11:00、25日(土)14:00から各30分

場区民文化センター

内絵本の読み聞かせなど

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

申当日会場で。先着各30人

■乳幼児向けおはなし会

内乳幼児と保護者

日11月22日(水)10:30、11:10から各約20分

場区民文化センター

内絵本の読み聞かせなど

申当日会場で。先着各20組

図書館湯来河野閣覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134
休(月)、7日(火)、24日(金)、30日(水)

■ふれあいBOOKコンサート

日12月14日(水)11:00~12:00

場サンピアゆき(湯来町和田333)

内バイオリンとピアノの演奏会、本の紹介

【出演】バイオリン・上野真樹、ピアノ・吉野妙

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

日11月8日(水)9:00から電話かファクス、同館窓口で。先着50人

11/6(月) 子育てオープンスペース りらくすひろば

民間の団体が設置・運営する、子どもが楽しく遊べる公募型常設オープンスペースです。

内おおむね3歳未満の子どもと保護者

日(月)~(土)の10:00~15:00(祝は除く)

場八幡東二丁目20-19-302

内親子交流や子育て相談、子育て情報の提供など

¥1家族100円/日(別途年会費100円)

申当日会場で。先着10組程度

申電話208-0237、☎208-0238



▲りらくすひろばのイメージマーク



りらくすひろばの先生

子育て

地域子育て支援センター

☎、☎921-5010

■常設親子交流の場「おやこっこさえき」

内市内に在住の未就園児と保護者

日平日10:00~15:00

場区役所別館

申当日会場

地域支えあい課

☎943-9733、☎923-1611

■育児講座「くすりの講座」

内乳幼児と保護者

日11月14日(火)13:00~14:00

申当日会場

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(11月)

内通園していない乳幼児と保護者
各各保育園・幼稚園・認定こども園
※は予約が必要です

まってるよ♡



堺井保育園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	15日(水)	10:00~10:40	一緒に遊ぼう※
花ぞの	927-8801	8日(水)	10:00~11:00	リトミックを楽しもう※
きらら	943-6790	16日(木)	10:00~10:45	わらべ歌遊び※
アイگران 保育園城山	961-3320	22日(水)	10:00~11:00	誕生日会・園庭開放※
アイگران 保育園三宅	533-8901	25日(土)	15:00~16:00	子育てイベント※
吉見園	943-7801	(月)~(金)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう※
こころはるか	941-1101	14日(火)	10:00~11:00	てくてく秋の散歩※
湯来	0829-83-0534	6日(月)	10:00~11:00	焼き芋会※
湯来南	0829-86-0610	8日(水)	10:00~11:00	体を動かして遊ぼう※
石内	941-0506	8日(水)	10:00~11:00	園庭開放※
河内	928-0311	11日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
五月が丘	941-0760	18日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
利松	928-7277	8日(水)	10:00~11:00	園庭で遊ぼう※
八幡東	928-1855	7日(火)	10:00~11:00	秋の自然を楽しもう※
八幡	928-0400	11日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
千同	922-7766	11日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
坪井	921-1595	11日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
三筋	923-3733	11日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
鈴峰園	921-1594	29日(水)	10:00~11:00	秋の自然を楽しもう※
五日市中央北	922-6334	9日(水)	10:00~11:00	絵本を楽しもう※
五日市駅前	923-7959	7日(火)	10:00~11:00	園庭で遊ぼう※
五日市南	921-0017	10日(金)	10:00~11:00	園庭で遊ぼう※
美の里	922-6263	6日(月)	10:00~11:00	身体を動かして遊ぼう※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	28日(火)	10:00~11:00	ルンビニ遊びの広場
ひろみ	923-8288	27日(月)	9:30~11:30	親子で遊ぼう!パンビルーム※
藤の木	927-5064	30日(水)	10:00~11:00	どんぐり山で遊ぼう(雨天中止)※
杉並台	0829-86-0286	1日(水)	10:00~11:30	小麦粉粘土

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	15日(水)	10:00~11:00	一緒にあそぼう
サムエル美鈴が丘	928-4123	9日(水)	10:00~11:00	ひよこクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	13日(月)	10:00~11:30	制作しよう※
五月が丘	941-2960	27日(月)	10:30~11:30	お弁当を作ろう※
五日市すみれ	926-2855	16日(水)	10:00~11:00	一緒に遊ぼう
光禅寺	922-3948	1日(水)	9:30~11:00	園庭開放
ひまわりいしうち	929-2011	10日(金)	10:00~11:00	焼き芋会

出演団体募集 「区民文化祭」芸能発表の部

区内で民謡・舞踊・詩吟・ダンス・楽器演奏などの活動をしている団体(1団体1回。同一団体の小グループによる複数応募はご遠慮ください。各団体で1人程度の運営スタッフが必要)
場区民文化センター
¥3,000円/団体
申所定の申込書で、11