くらしのガイド 中区版

健　康

地域支えあい課

☎504-2528、FAX504-2175

■2月の集団検診 いきいき
①健康診査、②結核健診、③肺・大腸がん
※②はポイント対象外
対①40歳以上の国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、②今年度末で65歳以上の人、③今年度末で40歳以上の人(③は会社で受けられる人は除く)
日2月9日㈮9:30～11:30
場江波集会所
¥①②無料、③各400円
持受診券、健康診査を受診する人は保険証
※がん検診は、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か、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料
申市HPか集団検診予約ダイヤル(0120-489-431、平日9:00～16:30、FAX504-2258)で

■栄養相談日
日12月8日㈮9:30～11:00(30分ごとの予約制)
場中保健センター
内管理栄養士による食生活の個別相談
申直接か電話で

■エイズ検査・相談
日第1・3・5㈪の18:00～19:40、毎週㈬9:00～11:00、12月6日㈬のみ13:00～15:00(予約不要)も実施
場中保健センター
内匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で判明
申直接か電話で

■専門医による心の健康相談
対気分が落ち込む、不眠、人とうまく付き合えない、物忘れで悩んでいる人や周りの人
日12月14日㈭13:30～15:00
場中保健センター
申電話で、前日までに、同課(☎504-2109)へ。先着2人

家族介護教室 いきいき
日12月14日㈭13:30～14:30
場基町中央集会所
内高齢者が詐欺に遭わないためのポイントと対策
申電話かファクスで
問悠悠タウン基町居宅介護支援事業所(☎502-7557、FAX502-7966)

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、FAX504-2257

■被爆者がん検診 いきいき
①胃がん、②肺がん

日時	会場	種類
12/18㈪	基町中央集会所	①9:00～10:30 ②9:00～11:30

申①電話で

■被爆者健康診断 いきいき
日12月18日㈪9:30～11:30
場基町中央集会所
※肺がん検診を同時に受診可

催　し

中央公民館

☎221-5943、FAX221-5118
休㈫、29日㈮～1月3日㈬

干潟のアシ刈りボランティア募集
日12月10日㈰10:00～12:00、13:00～15:00
集合場所白潮公園
内干潟のアシ刈り、とんど用のスペース作り
申直接か電話で、先着計30人程度。小学校3年生以下は保護者同伴

竹屋公民館

☎、FAX241-8003
休㈫、29日㈮～1月3日㈬

しめ縄リース作り講座
日12月16日㈯10:00～12:00
¥1,500円、子ども用300円
申直接か電話で、12月11日㈪までに。先着10人

クリスマスコンサート
日12月9日㈯13:30～14:30
内ギターとマンドリンによる演奏会
申直接か電話で、前日までに。先着30人

吉島公民館

☎246-4121、FAX246-4127
休㈫、29日㈮～1月3日㈬

吉島の町を歩いてタイムスリップ　吉島・吉島東地区編-「よしじま」はかつて海だった- いきいき
日12月16日㈯9:30～12:00
内講義「昔のよしじまを知ろう!」、地域散策「よしじまの町を歩く」
【講師】地域散策アドバイザー・安田茂氏(やすだしげる)、曽谷孝英氏(そだにたかひで)
申直接か電話で、12月14日㈭までに。先着20人

中島ふれあいひろば
対乳幼児と保護者
日12月13日㈬10:00～11:30(9:30開場)
場JMSアステールプラザ
内0歳からの音楽会
申直接か電話で、12月10日㈰までに。先着25組

舟入公民館

☎、FAX295-5003
休㈫、29日㈮～1月3日㈬

日本文化伝承講座「しめ縄飾り作り」
日12月16日㈯9:00～12:00
¥500円
申直接か電話で、12月11日㈪までに。先着20人

中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、FAX247-8447
休㈪、1日㈮～6日㈬、29日㈮～1月3日㈬

えほんとわらべうた
対乳幼児と保護者
日12月15日㈮11:00から(30分)
内絵本の読み聞かせとわらべ歌
【講師】ぐるんぱ
申当日会場で。先着8組

おはなしワールド「わくわくクリスマス」
対幼児・児童と保護者
日12月17日㈰14:00～15:00
内絵本の読み聞かせなど
【講師】おはなしバスケット、おはなしエルマー
申当日会場で。先着8組

図書館で遊ぼう「組みひもで作るブレスレット」
対小学生と保護者
日12月23日㈯14:00、15:15から
内組みひもディスク(段ボールを丸く切って切り込みを入れた手作り道具)を使ったブレスレット作り
申12月7日㈭9:00から、直接か電話、ファクスで。先着各10人

コジマホールディングス中区スポーツセンター

☎241-9355、FAX241-9379
休㈬、29日㈮～1月3日㈬

お手軽エアロビクス
対18歳以上
日12月4日～25日の㈪、10:30～11:30
内リズミカルなステップで脂肪を燃焼、楽しくシェイプアップを目指す　¥500円
申当日10時から、窓口で。先着各日20人

吉島屋内プール

☎249-8591、FAX249-2231
休㈬、29日㈮～1月3日㈬

体験！ 水上ヨガ
対18歳以上の女性
日12月4日㈪10:00、10:50から
内プールに浮かべた専用ボードの上でヨガ
¥700円
申直接か電話で。先着各6人

水泳のツボサンデー
対各泳法で25㍍以上泳げる中学生以上の経験者
日12月10日、24日の㈰、10:00～11:30
内クロールのコツや練習方法をアドバイス
¥700円
申直接か電話で。先着各日12人

子育て

地域支えあい課

☎504-2109、FAX504-2175

■12月の乳幼児の健康相談室

期日	会場	時間
12/5㈫	中保健センター	13:30～15:00
12/6㈬	吉島公民館	9:30～11:00
12/8㈮	竹屋公民館	
12/11㈪	舟入公民館	
12/15㈮	中央公民館	10:00～11:30

持母子健康手帳。身長・体重測定を希望する人はフェイスタオル

■離乳食教室(スタート編)
対4～6カ月の乳児の保護者
日12月12日㈫10:00～11:00
場中保健センター　内離乳食の進め方など。管理栄養士による離乳食に関する電話相談も実施
申アプリ「母子モ」か、電話で同課(☎504-2528)へ。先着20人

難病講演会・相談会-パーキンソン病について-
日2月13日㈫14:00～16:00
場区地域福祉センター
内医師による講演、医師か全国パーキンソン病友の会県支部会員による個別相談(10分ごとの予約制)
【講師】広島大学病院脳神経内科・杉本太路氏(すぎもとたかみち)
申電話かファクスで、地域支えあい課へ。講演は先着50人、個別相談は先着12人
問☎504-2528、FAX504-2175

保育園・幼稚園の子育て支援事業

保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。電話での育児相談も受けます。お気軽にお越しください。
問各保育園・幼稚園　※は予約が必要

	園名	電話番号	日時(12月)		内容など
保育園	基町	221-5303	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※
	竹屋	241-1860	16日㈯	10:00～11:00	サタデー広場※(5組)
	吉島	243-0022	16日㈯	10:00～11:00	サタデー広場※(10組)
	本川	292-4470	5日㈫	10:00～11:00	一緒に遊ぼう※(5組)
	神崎	231-7831	13日㈬	10:00～11:00	演奏会※(5組)
	舟入	232-3698	9日㈯	10:00～11:00	サタデー広場※(5組)
	江波	231-7934	6日㈬	10:00～11:00	作って飾ろう※(5組)
	ゆりかご	241-6989	20日㈬	10:00～12:00	クリスマス製作※
	報恩	231-5439	16日㈯	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	20日㈬	9:30～10:30	園庭開放※(3組)
	広島YMCA	227-2884	9日㈯	10:00～15:00	育児面接相談(育児全般について)※
	ルーテル	241-2479	20日㈬	10:00～11:00	クリスマスを楽しもう・身体測定※(5組)
	真和	231-9718	毎週㈫	10:00～11:30	園庭で遊ぼう
	千田	243-2766	12日㈫	10:00～10:50	手作りおもちゃで遊ぼう※
	ともえ	228-6088	16日㈯	10:00～11:00	クリスマスを楽しもう！※(5組)
	かおる	291-0321	7日㈭	10:00～11:00	園庭開放
	リトルメイト	244-2525	15日㈮	10:00～11:00	クリスマス飾りを作ろう※(5組)
	りらっくす白島	225-7572	13日㈬	10:00～11:00	リトミック※(5組)
	りらっくす十日市	961-4570	8日㈮	10:00～11:00	クリスマス飾りを作ろう※(5組)
	りらっくす竹屋	207-1821	22日㈮	10:00～11:00	クリスマス会※(5組)
	りらっくす舟入	208-5600	8日㈮	10:00～11:00	お餅つきをしよう※(5組)
	クローバー	240-0788	22日㈮	10:00～11:00	クリスマス会※(5組)
	ちゃいるどふれんどりぃ	541-2162	25日㈪	10:00～11:00	クリスマスパーティー※(2組)
	かがやき	225-7205	19日㈫	10:00～10:20	リトミックに参加しよう※(5組)
こども園	順正寺	241-7062	7日㈭、14日㈭	10:00～11:00	園庭開放
	流川	221-5493	9日㈯	10:00～11:00	ホールで遊びましょう※(5組)
	栄光	231-3468	21日㈭	10:00～11:00	クリスマスオーナメントを作ろう!・園内見学※
幼稚園	安田	221-2763	14日㈭	10:30～11:30	園庭のみ開放※　予約はHPで
	聖母	221-3207	聖母幼稚園HPに掲載		未就園児クラス「たんぽぽ組」の見学・体験
	広島中央	246-4094	4日㈪	10:00～11:30	室内遊び
	広島三育学院	241-3010	14日㈭	9:30～11:00	英語で遊ぼう、クリスマス工作
	たちばな	243-5174	随時		電話による育児相談
	慈光	241-8059	19日㈫(雨天20日㈬)	10:30～11:30	たこ揚げ　空高く揚がるかな? 場吉島グラウンド
	吉島	244-2225	13日㈬	10:15～11:15	親子でクリスマス製作※(約10組)
	基町	228-3888	5日㈫	9:30～11:30	あきシニアアンサンブルコンサート・12月誕生会

子育てオープンスペース

0歳から未就園児までの子育て中の親子が気軽に集い、交流できる場です。

会場・問い合わせ	オープンスペースの名称	日時
中央公民館 問同公民館(☎221-5943、FAX221-5118)　当日先着20組	ちゅうこう	12/15㈮ 10:00～12:00
基町児童館 問中央公民館(☎221-5943、FAX221-5118)	ぽかぽか	12/14㈭ 10:00～11:30
幟町児童館 問同児童館(☎228-7495　問い合わせ時間13:00～18:00)	リトルキッズクラブ	毎週㈭ 10:30～12:00
袋町児童館 問同児童館(☎244-4029　問い合わせ時間13:00～18:00)	Angel's Pouch(エンジェルズ ポーチ)	12/15㈮ 10:30～12:00
竹屋公民館 問同公民館(☎、FAX241-8003)	子育て「ばんぶー」	12/8㈮ 10:00～12:00
千田児童館 問同児童館(☎244-8030　問い合わせ時間13:00～18:00)	オープンスペース千田	12/15㈮ 10:00～11:30
本川児童館 問同児童館(☎293-1373　問い合わせ時間13:00～18:00)	オープンスペースぽっぽ	12/20㈬ 9:30～11:30
中島集会所 問吉島公民館(☎246-4121、FAX246-4127)	中島子育てサロン	12/4㈪ 10:00～12:00
吉島福祉センター 問吉島公民館(☎246-4121、FAX246-4127)	オープンスペース吉島東	12/21㈭ 10:00～11:30
吉島公民館 問同公民館(☎246-4121、FAX246-4127)	オープンスペースしゅーポッポ	12/11㈪ 10:00～12:00
舟入公民館 問同公民館(☎、FAX295-5003)	ぷっかぷっか舟入	12/4㈪ 10:00～11:30
舟入児童館 問舟入公民館(☎、FAX295-5003)	ちびっ子ひろば	12/20㈬ 10:00～12:00
地域交流センター「パルティア」(舟入南3-6-15) 問舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405、㈫・㈮10:00～12:00、FAX504-2175)	あかちゃんひろば	12/15㈮ 10:00～11:30
江波集会所 問舟入公民館(☎、FAX295-5003)	江波っ子の集い	12/7㈭ 10:00～12:00
江波集会所 問舟入公民館(☎、FAX295-5003)	江波っ子の集い2	12/21㈭ 10:00～12:00

※開催については、各問い合わせ先に確認してください