くらしのガイド 佐伯区版

健　康

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
12/17(日)	八幡公民館	9:30～11:30
1/10(水)	五月が丘公民館	

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者胃がん、肺がん検診 いきいき

期日	会場	時間
12/17(日)	八幡公民館	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30

申電話で(肺がん検診は予約不要)

■被爆者子宮がん、乳がん検診 いきいき

日12月25日(月)9:30～11:00
場区役所別館
申電話で

地域支えあい課

☎943-9731、FAX923-1611

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

申注のついた検診は、受診希望日の前日までに集団検診予約専用ダイヤル(フリーコール0120-489-431、平日9:00～16:30、FAX504-2258)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) いきいき、②肺がん・大腸がん検診 いきいき、③結核健診

対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
2/6(火)	区役所別館	9:00～11:30
2/14(水)	彩が丘公民館	9:00～11:00
	藤の木公民館	13:30～14:30
2/19(月)	区役所別館	9:00～11:00
2/21(水)	八幡東公民館	9:30～11:30
2/28(水)	八幡公民館	
2/29(木)	美鈴が丘公民館	9:00～11:00

¥①③無料、②各400円
持受診券(①③は保険証も)
申当日会場で。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

■胃がん検診(X線) いきいき

対今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
2/6(火)	区役所別館	9:00～11:30
2/14(水)	彩が丘公民館	9:00～11:00
2/19(月)	区役所別館	
2/29(木)	美鈴が丘公民館	

¥1,100円　持受診券
申注

■①子宮頸(けい)がん検診 いきいき、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
2/2(金)	薬師が丘第一集会所	9:30～11:00
2/6(火)	区役所別館	9:00～11:30
2/16(金)	五月が丘公民館	9:30～11:00

¥①1,000円、②1,500円
持受診券
申注

■ミニ人間ドック いきいき

健康診査、胃がん(X線)・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がんの検診を同時に受診できます。対象者、自己負担金、持参するものは各健診・検診と同じ。

日2月6日(火)9:00～11:30
場区役所別館
申注

■栄養相談日

日12月20日(水)9:30～11:00
場区役所別館
内管理栄養士による個別相談
申電話かファクスで。先着3人

■こころの相談

日12月21日(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2人

■認知症の人と家族の会

対認知症の家族がいる、認知症に関心のある人など
日12月21日(木)13:30～15:30
場区役所別館
内講座「介護保険制度について」、座談会
申電話で、12月20日(水)までに同課(☎943-9728)へ

■今日からデキル！健康生活の術 -運動編- いきいき

日12月14日(木)10:00～11:30
場区役所別館
内生活習慣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・玉川真弓(たまがわまゆみ)氏

申電話で。先着30人

募集　家族介護教室 いきいき

対高齢者を介護する家族など

日時	講演内容	会場・申込先
12/15(金) 14:00～15:30	自宅でもできる排泄ケア【講師】特別養護老人ホーム楽々園kisui(キスイ)介護職員・黒木美樹(くろきみき)氏	場楽々園kisui(楽々園五丁目15-22) 申電話(☎922-2555)で

問地域支えあい課(☎943-9728、FAX923-1611)

12月1日は世界エイズデーです

HIV(エイズ)や梅毒に代表される性感染症は主に性行為によって感染します。HIVや梅毒は、感染したことに気付きにくく、その間にも他の人に感染させる危険があります。感染を早期に発見し治療することが大切です。

■HIV検査、梅毒検査①臨時、②定期

日①12月7日(木)12:00～14:00、②毎月第2・4(水)9:30～11:30
場区役所別館
内HIV・梅毒の相談と検査
※検査は無料、匿名で、検査後20分程度で結果が出ます
申電話で地域支えあい課へ。先着①8人、②各日6人
問☎943-9731、FAX923-1611

お知らせ

■献血にご協力を

400mlのみ受け付け。所要時間は15分程度

期日	場所	時間
12/3(日)	ファミリータウン広電楽々園	10:00～12:00 13:15～16:00
12/10(日)	彩が丘公民館	9:30～12:00 13:00～16:00

問生活課(☎943-9725、FAX923-1611)

催　し

佐伯区民文化センター

☎921-7550、FAX921-9898
休(月)、12月29日(金)～1月3日(水)

■さえきサロンコンサート「歌で楽しむクリスマス」

日12月23日(土)14:00開演
内ピアノと声楽、トランペットによるクリスマスコンサート
【出演】広島オペラアンサンブル

湯来体育館

☎0829-40-5100、FAX0829-86-1600
休(火)、12月29日(金)～1月3日(水)

■湯来フットサルフレンドリーマッチ

対高校生*以上(相互審判ができるチーム)
日1月13日(土)19:00～22:00(18:00から練習可)
内他のチームと交流試合

¥1チーム2,000円
申電話か窓口で、12月9日(土)10:00～23日(土)に。抽選5チーム(1チーム10人まで)

佐伯区図書館

☎921-7560、FAX924-0742
休(月)、12月29日(金)～1月4日(木)

■自然講座「クリスマスの植物」 いきいき

日12月9日(土)14:00～16:00
場区民文化センター
【講師】元鈴峯女子短期大学教授・桝井秀雄(ますいひでお)氏
申電話かファクス、窓口で。先着50人

■おはなし会

対幼児・小学生と保護者
日12月9日(土)11:00、23日(土)14:00から各約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

■乳幼児おはなし会

対乳幼児と保護者
日12月27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

■テーマ別図書の展示「ふしぎなからだ　からだのふしぎ」

日12月28日(木)まで
内人体や健康に関する本の展示

図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、FAX0829-83-0134
休(月)、12月29日(金)～1月4日(木)

■おはなし会

対幼児・小学生と保護者
日12月9日(土)11:00から30分
内絵本の読み聞かせなど

■BOOK-KIDS(ブックキッズ)

対乳幼児と保護者
日12月28日(木)10:00～12:00
内絵本の読み聞かせなど

子育て

地域子育て支援センター

☎、FAX921-5010

■常設親子交流の場「おやこっこさえき」

対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
申当日会場で

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(12月)

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

湯来南保育園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	20日(水)	10:00～10:40	一緒に遊ぼう※
花ぞの	927-8801	13日(水)	10:00～11:00	クリスマスを楽しもう※
アイグラン保育園城山	961-3320	12日(火)	10:00～11:00	誕生日会・園庭開放※
アイグラン保育園三宅	533-8901	13日(水)	10:00～10:40	園庭開放※
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	19日(火)	10:00～11:00	作って遊ぼう！※
湯来	0829-83-0534	8日(金)	10:00～11:00	園児と一緒に遊ぼう※
湯来南	0829-86-0610	9日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
石内	941-0506	9日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
河内	928-0311	15日(金)	10:00～11:00	運動遊びを楽しもう※
五月が丘	941-0760	5日(火)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう※
八幡東	928-1855	21日(木)	10:00～11:00	作って遊ぼう※
八幡	928-0400	12日(火)	10:00～11:00	作って遊ぼう※
千同	922-7766	16日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
坪井	921-1595	8日(金)	10:00～11:00	手作りおもちゃを作ろう※
三筋	923-3733	8日(金)	10:00～11:00	お話の世界を楽しもう※
鈴峰園	921-1594	20日(水)	10:00～11:00	園庭開放※
五日市中央北	922-6334	7日(木)	10:00～11:00	楽器で遊ぼう※
五日市駅前	923-7959	9日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
五日市南	921-0017	15日(金)	10:00～11:00	絵本を楽しもう※
美の里	922-6263	12日(火)	10:00～11:00	作って遊ぼう※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	12日(火)	10:00～11:30	ルンビニ遊びの広場
ひろみ	923-8288	18日(月)	9:30～11:30	親子で遊ぼう！バンビルーム※
藤の木	927-5064	14日(木)	10:00～11:00	クリスマス会※
杉並台	0829-86-0286	13日(水)	10:00～11:30	クリスマス会※

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	20日(水)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう
サムエル美鈴が丘	928-4123	6日(水)	10:00～11:30	キッズクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	11日(月)	10:00～11:30	クリスマスを楽しく過ごそう※
五月が丘	941-2960	15日(金)	10:30～11:30	クリスマス会に参加しよう※
五日市すみれ	926-2855	6日(水)	10:00～11:00	人形劇を一緒に見よう
光禅寺	922-3948	4日(月)	9:30～11:00	園庭開放
ひまわりいしうち	929-2011	22日(金)	10:00～11:00	お楽しみ会

今月の交通安全標語　五日市観音中学校　杉岡和佳奈(すぎおかわかな)さん　めざそうよ　ルール守って　無事故なまちを

※学校名は、令和4年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール最優秀賞(佐伯交通安全協会会長賞)受賞当時のものです