

# くらしのガイド 東区版

## 健康

### 地域支えあい課

☎568-7729、568-7731、568-7735、☎568-7790

下記の健(検)診を受診する人へ  
 ①元気じゃ健診は国民健康保険被保険者と後期高齢医療被保険者など。各種がん健診は会社などで受診できない人  
 ②各種がん検診では、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(健康保険証など)を持参した人は無料  
 ③受診の際は、市役所から送付する「受診券」が必要。元気じゃ健診を受診する人は、健康保険証も必要  
 ④⑤のついた検診は、4月17日(水)から、集団検診予約専用ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00~16:30、電話でのやり取りが難しい人は☎504-2258)へ。インターネット予約(右二次元コード)も可。先着順

### ●胃がん検診(バリウム)

①今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
6/7(金)	区総合福祉センター	9:00~11:00
6/12(水)	中山集会所	
6/14(金)	戸坂福祉センター	
6/24(月)	福田公民館	
6/28(金)	温品集会所	

¥1,100円

### ●①子宮頸がん検診、②乳がん検診

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
5/13(月)	温品集会所	9:30~11:00
6/5(水)	福田公民館	

## ボランティアを募集します

### ●緑の案内人 東区緑のボランティアの会

区内の美しい自然に親しみ、大切にすることを一緒に考え行動する人を募集します。

#### 【主な活動内容】

- ①市民対象の自然観察会の開催(クラフト体験を含む)
- ②ハイキングコースの案内板・樹木名板の設置や保守活動
- ③毎月第1(水)18:30からの定例会と研修の実施(フィールド研修や被爆樹木巡りなど)



### ●歴史の案内人 二葉の里歴史の散歩道ボランティアガイドの会

二葉の里歴史の散歩道の神社や仏閣に興味があり、来訪者に対しておもてなしの気持ちで行動する人を募集します。

#### 【主な活動内容】

- ①毎月28日の「ふたばの日」定期ガイドの実施
- ②月に1~3回程度の散歩道ガイドの実施
- ③毎月第3(木)の午後に開かれる定例会・研修会



①②③に参加できる人(交通費などの活動費用は全て自己負担)

☎電話で地域起こし推進課へ ☎568-7704、☎262-6986

①1,000円、②1,500円

### ●ミニ人間ドック

元気じゃ健診とがん検診(①胃がん、②肺がん、③大腸がん、④子宮頸がん、⑤乳がん)が同時に受診できます。

①②③今年度末で40歳以上、④受診時に20歳以上の女性、⑤今年度末で40歳以上の女性

期日	会場	時間
5/9(木)	区総合福祉センター	9:00~11:30
6/13(木)	区総合福祉センター	

①1,100円、②③各400円、④1,000円、⑤1,500円

⑤大腸がん検診は事前に専用はがきで検便容器の請求を

### ●元気じゃけん食堂

4月11日、25日(木)、11:30~13:30 区役所

①食堂で、健康定食「元気じゃけん定食」(490円)を提供。食券は11:30から販売

### ●栄養相談日

乳幼児から高齢者まで、世代に応じた生活習慣病や食生活改善のためのアドバイスを、管理栄養士が行います。

4月8日(月)9:30~11:00(1人30分程度) 区総合福祉センター

☎電話(☎568-7729)で。先着3人

●専門医による心の健康相談  
夜眠れないなどの症状のある人、認知症や引きこもり、アルコール問題などに悩んでいる人や周りの人の相談に専門医が応じます。秘密は厳守します。

4月11日、25日(木)、13:30~15:00 区総合福祉センター

☎電話(☎568-7735)で

### ●東区ケアメンの会-男性介護者のつどい

介護についての思いを男性同士で話し、交流できる場です。

☎男性介護者

4月18日(木)10:00~12:00

区総合福祉センター

### ●認知症など在宅介護者の会(ほほえみの会)のつどい

認知症高齢者の介護についてさまざまな思いを話し、交流できる場です。

☎認知症高齢者の家族など

4月4日、5月2日(木)、10:00~12:00 区総合福祉センター

### 原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

### ●被爆者健康診断

期日	会場	時間
4/2(火)	区総合福祉センター	9:30~11:30
4/3(水)	福田公民館	
4/9(水)	山根町東集会所	
4/22(月)	中山集会所	
4/25(木)	牛田公民館	

※肺がん検診も同時に受診可

### ●被爆者胃がん・肺がん検診

期日	会場	時間
4/3(水)	福田公民館	胃がん 9:00~10:30 肺がん 9:00~11:30

☎胃がん検診は事前に電話で

## 子育て

### 地域支えあい課

☎568-7729、568-7735 ☎568-7790

### ●東区子育て交流ひろば「ぽっぽひがし」

子育て中の親子が気軽に集い、一緒に遊べる広場です。個別相談もできます。



☎おおむね3歳未満児と保護者

4(月)~(金)の10:00~15:00

#### 【ひろばでのイベント】

日時	内容
4/3(水) 10:30~12:00	栄養士による相談
4/16(火) 10:00~11:30	助産師による相談
4/26(金) 10:30~11:00	親子遊び
5/1(水) 10:30~12:00	栄養士による相談
5/2(木) 10:30~11:00	薬学部学生によるミニ講座

区総合福祉センター

### ●離乳食教室(スタート編)

☎4~6カ月児の保護者

4月16日(火)10:00~11:30

区総合福祉センター

☎5カ月ごろの離乳食の進め方(話と栄養士による調理実演)

☎電話(☎568-7729)か、ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」で。先着15組

## 催しもの

### 福祉課

☎568-7733、☎568-7781

### ●ひとり親家庭と寡婦のための法律相談

4月10日(水)14:00~17:00

区総合福祉センター

☎弁護士による養育費、親権などの無料法律相談

☎直接か電話で。先着4人

### 東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774 休(月)(29日は除く)

- オープンプラザシアター「アフタヌーンコンサート-オーボエ・ピアノ・マリンバによる-」
- 4月20日(土)14:00~15:00
- ☎オーボエ・ピアノ・マリンバの珍しい楽器編成による演奏会



### 東区図書館

☎262-5522、☎264-2610 休(月)(29日は除く)、30日(火)

- おはなし会
- ☎幼児~小学生と保護者
- 4月20日、27日(土)、11:00から
- ☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど
- おひざにだっこのおはなし会
- ☎乳幼児と保護者
- 4月10日、24日(水)の11:00から
- ☎絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌など
- 展示「ホッとひといきつける本」
- 4月2日(火)~12日(金)
- ☎新生活で、心の余裕がなくなった時に読んでほしい本の展示

## 犬の登録受け付けと狂犬病予防注射を実施します

生後91日以上の子犬は、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。区では下の表の日程で巡回実施します。※雨天決行

期日	会場	時間
4月17日(水)	原山ブランド	10:05~10:15
	馬木第二公園	10:30~10:45
	馬木第五公園	11:00~11:15
	温品第六公園	11:30~11:45
5月28日(火)	牛田公園	11:30~11:45
	不動院	13:00~13:10
	東浄公園	13:35~13:45
	戸坂大上第一公園	14:00~14:10

☎登録手数料3,000円、注射済票交付手数料620円、予防注射料金2,550円から

☎動物愛護センター(☎243-6058、☎243-6276)

## 幼稚園が子育てを応援します(4・5月分)

☎幼稚園に通っていない乳幼児と保護者

※詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての幼稚園で実施しています



園名	電話番号	日時	内容/対象(制限ある場合)
(市立)		5/15(水)から毎日	9:00~10:30 園庭開放/未就園児
温品	289-3758	5/22(水)	9:30~11:30 ここにこランド「出席カードを作ろう、歓迎会をしよう」/未就園児
福木	899-2153	5/23(木)	9:30~11:30 ふくちゃん広場にいらっしやい、はじめの会をしよう/未就園児
		5/29(水)	好きな遊びをしよう/未就園児
矢賀	282-8483	5/15(水) 23(木) 27(月) 31(金)	9:30~11:30 なかよし広場「園庭開放」
		5/21(火)	わくわくランド「歓迎会、幼稚園で遊ぼう、4・5月誕生日会」
		5/30(木)	わくわくランド「幼児のひろば説明会」
(私立)			
安芸みのる	899-2364	4/22(月) 5/13(月) 20(月) 27(月)	10:00~11:30 リトミック、紙芝居、絵本の読み聞かせ、ドリンクタイム
あやめ	221-3106	5/14(火) 28(火)	9:30~11:00 園庭・保育室開放、親子で作ろう「お花が咲いたね」
		5/7(水)~ 5/29(水)	すくすく広場(園庭・保育室の開放)/未就園児
比治山大学短期大学部付属	229-5581	5/9(木)	あかちゃんルーム(タッチケア&遊び/歩くまでの赤ちゃん)
		5/10(金) 13(月)	こいのぼりを作ろう(要予約)/未就園児
		5/14(火) 16(木) 17(金) 28(火) 30(木) 31(金)	こりすぐみ(要登録)/2歳児
		5/15(水) 16(木)	親子教室(パンピ教室)(要予約、保険料100円)/未就園児
JOHOKU(じょうほく)こどもアカデミー	229-0114	5/22(水)	10:30~11:30 オープンスペース・園庭開放(要予約、保険料100円)
広島女学院ゲーンズ	228-6635	4/27(土)	10:00~11:30 オープンガーデン(親子園庭開放)、HPより要予約/未就園児
		5/18(土)	9:30~11:30 ファミリーデー(園庭開放)、HPより要予約
二葉	262-0027	5/29(水)	10:00~10:30 見学会(要予約)
的場	261-1802	5/10(金)	10:30~11:45 園庭のみの開放(雨天中止)
		5/24(金)	ホール・園庭の開放

※5月1日号には、区内の保育園の5・6月分の記事を掲載予定です