

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

受診のついた検診は、4月17日(水)～受診希望日の前日に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



- 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
5/7(火)	サンピアゆき	9:00～11:00
5/8(水)	八幡公民館	
5/10(金)	湯来農村環境改善センター	9:00～11:30
5/14(火)	区役所別館	
5/22(水)	杉並台コミュニティセンター	9:00～11:00
6/4(火)	区役所別館	9:00～11:30
6/6(木)	湯来南公民館	
6/25(火)	サンピアゆき	
6/27(木)	石内福祉センター	

①③無料、②各400円
持受診券(①③は保険証も)
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

胃がん検診(X線)
期日、会場、時間は健康診査と同じ。

今年度末で40歳以上
¥1,100円 持受診券

- 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
5/1(水)	美鈴が丘公民館	9:30～11:00
5/14(火)	区役所別館	9:00～11:30
5/15(水)	八幡公民館	9:30～11:00
6/4(火)	区役所別館	9:00～11:30
6/6(木)	湯来南公民館	
6/25(火)	サンピアゆき	
6/27(木)	石内福祉センター	

①1,000円、②1,500円
持受診券

ミニ人間ドック
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。

期日	会場	時間
5/14(火)	区役所別館	9:00～11:30
6/4(火)		
6/6(木)	湯来南公民館	9:00～11:30
6/25(火)	サンピアゆき	
6/27(木)	石内福祉センター	

栄養相談日
4月10日(水)9:30～11:00
区役所別館
管理栄養士による個別相談
電話かファクスで。先着3人

こころの相談
4月18日(木)13:30～15:00
区役所別館
精神科医による個別相談
電話で同課(☎943-9733)へ。先着2人
認知症の人と家族の会
認知症の家族がいる、認知症

に関心がある人など
4月18日(木)13:30～15:30
区役所別館
講師「認知症と口腔ケア」、座談会
【講師】歯科衛生士・上時貴子氏
電話で、4月17日(水)までに同課(☎943-9728)へ

催し

佐伯区図書館

☎921-7560、☎924-0742
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13日(土)11:00、27日(土)14:00から各約30分

区民文化センター
絵本の読み聞かせなど
当日会場。先着各30人
乳幼児向けおはなし会
乳幼児と保護者
4月24日(水)10:30、11:10から各約20分
区民文化センター
絵本の読み聞かせなど
当日会場。先着各20組



図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005、☎0829-83-0134
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13日(土)11:00から30分
絵本の読み聞かせなど
マンガイラスト教室
4月29日(祝)13:00～15:00
塗り絵講座など
【講師】漫画家・甲斐さゆみ氏
4月2日(火)9:00から来館か電話、ファクスで。先着15人

湯来体育館

☎0829-40-5100、☎0829-86-1600
休(火)

キッズフェスタ 車いすバスケボール体験会
小学生以上
5月5日(祝)10:30～12:00
競技用車いすの乗車と操作、シュートの体験
4月15日(月)10:00から電話か窓口で。先着40人
湯来フットサルフレンドリーマッチ
高校生*以上(相互審判ができるチーム)
5月11日(土)19:00～22:00

(18:00から練習可)
他のチームと交流試合
¥2,500円/チーム
電話か窓口で、4月13日(土)10:00～27日(土)に。抽選5チーム(1チーム10人まで)

チャレンジキッズ(かけっこ)
小学生
5月18日(土)10:30～12:00
走り方を楽しく学ぶ ¥500円
4月15日(月)10:00から電話か窓口で。先着20人

募集

上多田支援隊ボランティア

湯来町多田(上多田地区)の活性化を支援する団体で活動するボランティアを募集します。
【活動日】毎月第2、4(土)、9:00～13:00
湯来交流体験センター
湯来町多田の里山「みどり会館」(湯来町多田526)

野菜・米作りと販売、地域各種行事への支援など
電話で上多田支援隊連絡係・田中誠一方(☎090-7547-0480)か農林課へ
農林課(☎943-9767、☎943-9765)



5/18(土)開催

湯来SPA & ADVENTURE TRAIL

16歳以上で完走できる自信がある人(未成年者は保護者の同意が必要)
5月18日(土)8:30開始(7:00から受け付け)
湯来交流体験センター
湯来町の登山道をコースにしたトレイルランニング大会
①ロングコース(32km)、

②ショートコース(24km)
¥①9,000円、②7,000円
※温泉入浴券付き
4月21日(日)まで。先着①200人、②100人。詳しくは同大会HP(右二次元コード)で
園地域起こし推進課(☎943-9705、☎943-9718)



子育て

子ども家庭センター(地域子育て支援センター)

☎、☎921-5010

常設親子交流の場「おやっこさえき」
市内に在住の未就園児と保護者
平日10:00～15:00
区役所別館
当日会場



地域支えあい課

☎943-9731、☎923-1611

離乳食教室(スタート編)
4～7カ月の乳児の保護者
4月17日(水)10:00～11:30
初期・中期の離乳食の進め方の話と調理実演
区役所別館
アプリ「母子モ」(右二次元コード)か電話で。先着20人



地域支えあい課

☎943-9733、☎923-1611

乳幼児健康相談室

期日	場所	時間
4/11(木)	彩が丘公民館	9:30～11:00
4/12(金)	皆賀公民館	
4/15(月)	八幡東公民館	
4/16(火)	石内北学区集会所	
4/18(木)	美鈴が丘公民館	
4/23(火)	保健センター	
4/24(水)	観音台公民館	
5/9(火)	藤の木公民館	
5/13(月)	五月が丘公民館	
5/16(木)	八幡公民館	
5/17(金)	河内公民館	
5/28(火)	保健センター	

身体計測・育児相談
当日会場

保育園・幼稚園・認定子ども園に遊びに来てください(4月)

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



保育園名	電話	開催日	時間	内容
アイグラン 保育園城山	961-3320	30日(火)	10:00～11:00	子どもの日の集い・園庭開放*
こころはるか	941-1101	23日(火)	10:00～11:00	触れ合い遊び*
鈴峰園	921-1594	26日(金)	10:00～11:00	子どもの日の集い*

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
ひろみ	923-8288	24日(水)	10:30～12:00	園庭開放(雨天中止)
藤の木	927-5064	25日(木)	10:00～11:00	園庭開放(雨天中止)
杉並台	0829-86-0286	24日(水)	10:00～11:30	お庭で遊ぼう

認定子ども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	17日(水)	10:00～11:00	園庭開放
サムエル美鈴が丘	928-4123	24日(水)	10:00～11:30	キッズクラブ*
サムエル薬師が丘	928-1414	23日(火)	10:00～11:30	わらべ歌で遊ぼう*
五日市すみれ	926-2855	18日(木)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう

犬の登録受け付けと狂犬病予防注射

生後91日以上の犬は、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、次の日程で巡回実施します。
※雨天決行

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
園動物愛護センター(☎243-6058、☎243-6276)



4/12(金)(第1回)	
会場	時間
五月が丘第一公園	10:05～10:20
五月が丘第三公園	10:35～10:50
石内公民館裏の駐車場	11:05～11:20
利松第二公園	11:35～11:45
八幡東公民館駐車場	13:00～13:15
皆賀園	13:35～13:45
美鈴が丘南街区集会所	14:05～14:15
美鈴が丘東第三公園	14:30～14:45

5/15(水)(第2回)	
会場	時間
藤の木南第一公園	9:55～10:15
老人いこいの家窓山荘	10:30～10:35
彩が丘中央公園	10:50～11:05
第一薬師が丘集会所	11:30～11:45
観音台北第四公園	13:00～13:10
観音台第三(東側)ちびっこ広場	13:25～13:35
月見台第二公園	13:55～14:00
中央第二公園	14:15～14:30
区役所本館前駐車場	14:55～15:20

5/29(水)(第3回)	
会場	時間
湯来西公民館駐車場	10:30～10:35
津伏集会所	11:00～11:05
JA広島市水内支店倉庫前	11:20～11:25
湯来出張所駐車場	11:40～11:45
大森集会所	13:00～13:05
湯来南公民館駐車場	13:15～13:20
八幡原中央集会所	13:35～13:40
桐集会所	13:55～14:05
杉並台第一公園	14:20～14:35