

くらしのガイド 東区版

健康

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

☎5月13日(月)9:30~11:00

☎温品集会所

☎電話で

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
 ☎元気じゃ健診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。各種がん検診は会社などで受診できない人
 ☎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
 ☎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
 ☎☎のついた検診は、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

- ①元気じゃ健診(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

※③はポイント対象外

- ☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上

☎6月3日(月)9:30~11:30

☎東浄集会所

☎①③無料、②各400円

☎当日会場で。大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を

●胃がん検診(バリウム)

☎今年度末で40歳以上

☎7月22日(月)9:00~11:00

☎神田山荘 ☎1,100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。

- ☎①~③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

☎7月9日(火)9:00~11:30

☎区総合福祉センター

☎①1,100円、②③各400円、④1,000円、⑤1,500円

☎☎大腸がん検診は事前に専用はがきで、検便容器の請求を

●元気じゃけん食堂での健康相談&測定会

☎5月23日(木)11:00~12:00

☎区役所

☎体重・体脂肪・血圧測定と、医

師・管理栄養士・保健師による健康相談。食堂では健康定食「元気じゃけん定食」(490円)を月2回(5月9日、23日の木)提供。食券は11:30から発売

●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。

☎5月13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がある人、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。

☎5月9日、23日の木、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せる場、仲間づくりのできる場です。

☎男性の介護者

☎5月16日(木)10:00~12:00

☎区総合福祉センター

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」

親子で気軽に集い、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

☎(月)~(金)の10:00~15:00

【ひろばでのイベント】

日時	内容
5/8(水) 10:00~12:00	看護師による相談
5/15(水) 10:30~11:30	コンサート
5/22(水) 10:30~11:30	助産師による卒乳教室
5/24(金) 10:30~11:00	親子遊び
5/30(木) 10:30~11:30	歯科衛生士によるミニ講座
6/5(水) 10:30~12:00	栄養士による相談

☎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

☎5月21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

●離乳食教室(お誕生日頃編)

☎9~12カ月児の保護者

☎6月4日(火)10:00~11:30

☎区総合福祉センター

☎☎離乳食完了に向けてのポイント(話とレシピ紹介)

☎☎電話(☎568-7729)か、ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」で。先着20組

催しもの

東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774 (休)(月)(6日は除く)

●オープンプラザシアター「かみしばい祭りだワッショイ-おとなから子どもまでいやされ楽しむ紙芝居-」

☎5月18日(土)14:00~15:00

☎紙芝居の上演



紙芝居の様子

東区図書館

☎262-5522、☎264-2610 (休)(月)(6日は除く)、7日(火)、31日(金)

●わくわく図書館講座「地形に残る歴史と災害を読み解く-広島市東区を事例に-」

☎5月18日(土)10:00~12:00

☎区民文化センター

【講師】広島大学大学院人間社会科学研究科教授・熊原康博氏

☎伊能忠敬が歩いた矢賀・温品・福田の古道、牛田や戸坂の低地を事例に、地形を通じた地域の歴史や災害について解説し、地域の魅力の探し方を伝える

☎5月1日(水)9:00から、直接か電話、ファクスで。先着40人

●子ども映画会

☎幼児~小学生と保護者

☎5月11日(土)10:30~12:00

☎区民文化センター

☎アニメーション映画の上映と絵本の読み聞かせ

☎☎当日、会場で。先着40人

●オープンカフェ

☎5月11日(土)10:00~14:00(売り切れ次第終了)

☎区民文化センター

☎☎コーヒーや、クッキーなどの販売

●ストーリーテリングのおはなし会

☎幼児~小学生と保護者

☎5月18日(土)11:00から

☎☎語り手が話を覚えて語る(絵本の読み聞かせはなし)

●おはなし会

☎幼児~小学生と保護者

☎5月25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

☎5月8日、22日の(水)、11:00から ☎☎絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌など

●展示「本はともだち！」

☎5月12日(日)まで

☎☎「子ども読書まつり」のテーマにちなんだ本の展示

ひろしんビッグウェーブ

☎222-1860、☎222-1861 (休)(火)

●チャレンジ!アーティストックスイミング

☎☎100m以上泳げる小学生以上

☎6月23日(日)13:30~15:00

☎☎テレビで見る華麗な動きを体験

☎700円

☎5月15日(水)9:00から直接か、10:00から電話で。先着12人

●チャレンジ!水球

☎☎100m以上泳げる小学生以上

☎6月29日(土)13:30~15:00

☎☎水上の球技を体験

☎700円

☎5月15日(水)9:00から直接か、10:00から電話で。先着20人

ひろしま遊学の森 県緑化センター

☎899-2811、☎899-2843

●春のバードウォッチング

☎5月11日(土)10:00~12:00

☎☎散策路を歩きながら野鳥を観察

【講師】日本鳥類保護連盟三次地方分会事務局長・衛藤慎也氏

☎☎双眼鏡

●コケの観察会

☎5月15日(水)10:00~12:00

☎☎室内で基本を学び、屋外で観察

【講師】広島大学名誉教授・関太郎氏

☎☎ルーペ

●5月の自然探勝

☎5月24日(金)10:00~12:00

☎☎散策路を歩きながら、植物を観察

【講師】森林植物研究家・埴田宏氏

保育園が子育てを応援します(5・6月分)

☎☎保育園と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、全ての保育園で実施



園名	電話番号	日時	内容
(市立) あげぼの	261-3869	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放(5組、要予約)
		6/15(土) 10:00~11:00	サタデー広場(5組、要予約)
東浄	229-5032	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		6/15(土) 10:00~11:00	サタデー広場
中山	289-0902	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		5/25(土) 10:00~11:00	サタデー広場
温品	289-7477	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		6/8(土) 10:00~11:00	サタデー広場
福木	899-2039	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		5/25(土) 6/15(土)	サタデー広場
		6/6(木)	人形劇鑑賞
		6/20(木)	一緒に遊ぼう
戸坂	229-0090	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		6/13(木) 11:00~12:00	園庭開放
わかくさ	261-0929	5/16(木) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
		5/25(土) 6/15(土) 6/29(土)	サタデー広場
		(私立) 牛田新町 光明	222-3911
桜が丘 愛育園	229-1939	6/5(水)	砂場で遊ぼう
		6/26(水)	七夕飾りを作ろう
サンヒルズ	289-7688	5/11(土)	こいのぼりの下で遊ぼう!
		5/16(木) 10:00~11:30	全園一斉園庭開放
清水谷	289-0625	6/4(火)	歯を大切に!歯を磨こうの会
		5/16(木) 10:00~11:00	全園一斉園庭開放(10組)
中山いづみ こども園	289-8800	6/22(土)	子育て広場(5組)
		5/14(火)	色水遊びをしよう
広島光明 学園	228-5595	6/11(火)	リトミックで楽しく体を動かそう
		5/23(木)	園庭で遊ぼう
広島修道院	261-1519	5/16(木) 10:00~11:00	園庭で遊ぼう(全園一斉園庭開放)(要予約)
		6/11(火)	砂場で遊ぼう(要予約)
二葉学園	262-0027	5/27(月) 6/24(月)	絵本読み聞かせ
		6/5(水)	楽しい親子体操
二葉学園	262-0027	5/29(水) 6/26(水)	見学会(要予約)
		6/5(水)	親子制作(要予約)

※6月1日号には、区内の幼稚園の6・7月分の記事を掲載予定です