くらしのガイド 佐伯区版

市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは6月3日(月)から

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
6/25(火)	サンピアゆき	9:00～11:30

※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
6/25(火)	サンピアゆき	9:00～10:30

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

期日	会場	時間
6/6(木)	湯来南公民館	9:30～11:00
6/25(火)	サンピアゆき	

申電話で

地域支えあい課
☎943-9731、943-9733、943-9728、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、電話でのやり取りが難しい人は、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
8/2(金)	坪井公民館	9:00～11:00
8/19(月)	五月が丘公民館	
8/20(火)	区役所別館	
8/23(金)		18:00～19:30
8/27(火)		9:00～11:30

¥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
8/2(金)	坪井公民館	9:00～11:00
8/19(月)	五月が丘公民館	
8/20(火)	区役所別館	
8/27(火)		9:00～11:30

¥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
8/9(金)	石内福祉センター	9:30～11:00
8/23(金)※	区役所別館	18:00～19:30
8/27(火)		9:00～11:30
8/30(金)	八幡東公民館	9:30～11:00

※8/23(金)は、乳がん検診のみ

¥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8月27日(火)9:00～11:30

場区役所別館

申注

■栄養相談日

日6月12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(☎943-9731)かファクスで。先着3人

■こころの相談

日6月20日、7月4日の(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(☎943-9733)で。先着各2人

■認知症の人と家族の会

対認知症の家族がいる、認知症に関心がある人など

日6月20日(木)13:30～15:30

場区役所別館

内講座「笑いヨガ」、座談会

【講師】笑いヨガティーチャー・小谷朱美(こだにあけみ)氏

申電話(☎943-9728)で、6月19日(水)までに

■成人の歯科相談日

対市内に在住の20歳以上

日6月27日(木)13:30～15:00(1人20分程度)

場区役所別館

内歯科医師による歯科健診・相談、ブラッシング指導

申6月25日(火)までに電話(☎943-9731)で。先着8人

催し

佐伯区民文化センター
☎921-7550、FAX921-9898
休(月)

■さえきサロンコンサート-4本で奏でるサクソフォンの世界-

日6月29日(土)14:00から

内サクソフォンカルテットによるアンサンブルコンサート

【出演】amuser saxophone quartet(アミュゼ サクソフォン カルテット)

佐伯区図書館
☎921-7560、FAX924-0742
休(月)

■工作教室「木と木の実で迷路箱を作ろう!」

対幼児(保護者同伴)・小学生

日7月20日(土)10:00～12:00

場区民文化センター

【講師】創作研究家・福田宣行(ふくだのぶゆき)氏

申6月20日(木)9:00から来館か電話、ファックスで。先着30人

図書館湯来河野閲覧室
☎0829-40-4005、FAX0829-83-0134
休(月)

■おはなし会

対幼児・小学生と保護者

日6月8日(土)11:00から30分

内絵本の読み聞かせなど

五日市公民館
☎922-8333、FAX922-8334
休(火)

■区紙芝居まつり いきいき

日6月16日(日)13:00～15:30(開場12:30)

内地域に伝わる民話などを題材とした紙芝居の上演

【出演】「紙芝居の会つぼつぼ」ほか7団体

湯来体育館
☎0829-40-5100、FAX0829-86-1600
休(火)

■親子でコーディネーショントレーニング

対5・6歳の幼児と保護者

日7月20日(土)10:30～12:00

内ボールなどを使って楽しく体を動かす

¥500円／組

申6月15日(土)10:00から、電話か窓口で。先着16組

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
6/8(土)	美鈴が丘公民館	9:30～12:30 13:30～16:00

問生活課(☎943-9725、FAX923-1611)

子育て

こども家庭センター(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

地域支えあい課
☎943-9731、FAX923-1611

■離乳食教室(スタート編)

対4～7カ月の乳児の保護者

日6月19日(水)10:00～11:30

場区役所別館

内初期・中期の離乳食の進め方の話と調理実演

申アプリ「母子モ」(右二次元コード)か電話で。先着20人

区HP ページ番号 159420

■乳幼児健康相談室

対乳幼児と保護者

期日	場所	時間
7/1(月)	坪井公民館	9:30～11:00
7/8(月)	五月が丘公民館	
7/11(木)	藤の木公民館	
7/18(木)	八幡公民館	
7/19(金)	河内公民館	
7/23(火)	保健センター	

内身体計測・育児相談

持母子健康手帳、バスタオル

申当日会場で

問同課(☎943-9733)

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(6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

利松保育園の先生

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	19日(水)	10:00～10:40	スタンプ遊び
花ぞの	927-8801	12日(水)	10:00～11:00	音に合わせて遊ぼう
きらら	943-6790	20日(木)	10:00～10:45	一緒に遊ぼう※
アイグラン保育園城山	961-3320	20日(木)	10:00～11:00	お誕生会・園庭開放※
アイグラン保育園三宅	533-8901	18日(火)	10:00～10:40	保育園で遊ぼう※
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	4日(火)	10:00～11:00	いろいろな音を楽しもう※
湯来	0829-83-0534	19日(水)	10:00～11:00	マジックを楽しもう※
湯来南	0829-86-0610	13日(木)	10:00～11:00	人形劇を楽しもう※
石内	941-0506	25日(火)	10:00～11:00	運動遊び※
河内	928-0311	15日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
五月が丘	941-0760	11日(火)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう※
利松	928-7277	7日(金)	10:00～11:00	人形劇を楽しもう※
八幡東	928-1855	14日(金)	10:00～11:00	ファンタジーの世界を楽しもう※
八幡	928-0400	22日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
千同	922-7766	4日(火)	10:00～11:00	体を動かして遊ぼう※
坪井	921-1595	14日(金)	10:00～11:00	触れ合い遊びをしよう※
三筋	923-3733	20日(木)	10:00～11:00	運動遊び※
鈴峰園	921-1594	26日(水)	10:00～11:00	親子触れ合い遊び※
五日市中央北	922-6334	8日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
五日市駅前	923-7959	27日(木)	10:00～11:00	絵本を楽しもう※
五日市南	921-0017	18日(火)	10:00～11:00	体を動かして遊ぼう※
美の里	922-6263	7日(金)	10:00～11:00	絵本の読み聞かせ※
五日市いちご	921-7786	26日(水)	10:00～11:00	プレイルーム開放・七夕制作遊び※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	11日(火)	10:00～11:30	ルンビニ遊びの広場
ひろみ	923-8288	24日(月)	9:30～11:30	親子で遊ぼう！バンビルーム※
藤の木	927-5064	20日(木)	10:00～11:00	七夕制作※
杉並台	0829-86-0286	12日(水)	10:00～11:30	スライムづくり

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	19日(水)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう
サムエル美鈴が丘	928-4123	26日(水)	10:00～11:30	キッズクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	11日(火)	10:00～11:30	わらべ歌で遊ぼう※
五月が丘	941-2960	26日(水)	10:30～11:30	サーキット遊び※
五日市すみれ	926-2855	13日(木)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう
光禅寺	922-3948	3日(月)	9:30～11:00	園庭開放
ひまわりいしうち	929-2011	11日(火)	10:00～11:00	人形劇を楽しもう※

6/1(土)～7(金) HIV検査普及週間

HIV(エイズ)は感染後、症状がない状態が続きます。感染を早期に発見し適切な治療を受けるため、そして大切な人を守るためにも、検査を受けてみませんか？

■HIV(エイズ)、梅毒検査

日毎週(水) 9:30～11:30

※検査は無料、匿名

場区役所別館

申電話で、地域支えあい課へ

問☎943-9731、FAX923-1611

7/21(日) 最後の開催！八幡川リバーマラソン

¥500円/人

申所定の申込書で、6月3日(月)～21日(金)(必着)に、八幡川リバーマラソン大会委員会事務局(地域起こし推進課内)へ。申込書は同事務局、区内公民館、各区スポーツセンター、市HPで。団体は先着60チーム。

※天候などにより中止する場合があります。

	コース	部門
個人	0.5km	小学校3・4年生男子、女子
	1.0km	小学校5・6年生男子、女子
	1.5km	中学生男子、女子
		高校生*以上一般男子、女子
団体	0.2km×6人	八幡川リバーリレー

問同事務局(☎943-9705、FAX943-9718)

今月の交通安全標語　五日市観音西小学校　熊本紫乃(くまもとしの)さん　「かもしれない」　自分をまもる　おまじない

※学校名は、令和5年度交通安全児童生徒習字・標語コンクール最優秀賞(佐伯警察署長賞)受賞当時のものです