

東区版

暮らしのガイド

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
☎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はポイントの対象外
- ☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上。

期日	会場	時間
7/5(金)	戸坂川根集会所	9:30～11:30
7/22(月)	神田山荘	9:00～11:00
7/26(金)	二葉集会所	9:30～11:30
7/29(月)	山根町東集会所	9:30～11:30

¥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

●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

期日	会場	時間
9/29(日)	区総合福祉センター	9:00～11:30

¥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

☎7月11日、25日の(木)、12:00～13:00
☎区役所
☎食堂では、健康定食「元気じゃけん定食」（490円）を提供。食券は当日11:30から発売

●栄養相談日

管理栄養士が乳幼児から高齢者まで、世代に応じた生活習慣病予防や改善のための食生活に関するアドバイスをを行います。

☎7月8日(月)9:30～11:00（1人30分程度の個別相談）

☎区総合福祉センター

☎☎電話（☎568-7729）で、前日までに
●東区ケアメンの会・男性介護者のつどい

☎介護についてのさまざまな思いを男性同士で話せる場、仲間づくりのできる場です。

☎男性介護者

☎7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

☎認知症の人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

☎7月4日(木)10:00～12:00

☎区総合福祉センター

☎介護施設についての勉強会

●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。

☎7月11日、25日の(木)、13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎不眠や認知症、引きこもり、アルコール問題など

☎☎電話（☎568-7735）で

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
7/5(金)	戸坂川根集会所	9:30～11:30
7/22(月)	神田山荘	
7/26(金)	二葉集会所	
7/29(月)	山根町東集会所	

※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
7/22(月)	神田山荘	9:00～10:30

☎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

●離乳食教室（スタート編）

☎4～6カ月児の保護者

☎7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習）

☎☎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

●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。



☎☎本紙89参照

☎(月)～(金)の10:00～15:00（12日(金)、祝は除く）

【ひろばでのイベント】

日時	内 容
7/3(水) 10:30～12:00	栄養士による相談
7/26(金) 10:30～11:00	親子遊び
8/1(木) 10:30～11:00	薬学部学生による薬のお話
8/2(金) 10:30～11:30	親子ヨガ
8/7(水) 10:30～12:00	栄養士による相談

●オンラインおしゃべり広場“ぽっぽでおしゃべり”

☎市内に在住の親子

日時	内 容
7/17(水) 14:00～15:00	心理士による子育てミニ講座
8/2(金) 10:30～11:30	親子ヨガ

☎区HPで



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

☎7月16日(火)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)(15日は除く)

●広島大学漫オサークル（笑）-カッコワラー-によるお笑いライブ（ゲスト：ブーゲンビリア）



☎7月12日(金)19:00～20:00

☎広島で活動する漫オサークルや漫才師によるお笑いライブ

東区図書館

☎262-5522、☎264-2610
(休)(月)(15日は除く)、16日(火)、31日(水)

●わくわく図書館講座「学芸員さんに聞く！絵本の魅力-」

☎7月27日(土)10:00～12:00

☎今年度開催の特別展「宮城県美術館コレクション 絵本のひみつ展」と、原画と絵本の二つの面から見た絵本の魅力についての話

【講師】ひろしま美術館学芸課長・水木祥子氏

☎7月2日(火)9:00から、直接か電話、ファクスで。先着30名

●わくわく図書館講座「ミニバスケットをつくろう！」

☎小学生（2年生以下は保護者同伴。保護者の入室は1人のみ）

☎7月28日(日)10:00～12:00

☎包装紙やリボンなどを使った手持ち籠を作る

【講師】ラッピング講師・住吉久美子氏

☎7月2日(火)9:00から、直接か電話、ファクスで。先着15人

●おはなし会

☎幼児～小学生と保護者

☎7月27日(土)11:00から

☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●ストーリーテリングのおはなし会

☎幼児～小学生と保護者

☎7月20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）

●おひざにだっこのおはなし会

☎乳幼児と保護者

☎7月10日、24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「めざせ、パリ！」

☎7月2日(火)～7月30日(火)まで

☎オリンピック関連本と、パリに関する図書を展示



社会福祉協議会

☎263-8443、☎264-9254

●区障がい児親子教室“ちゃいちゃいくらぶ”夏休み教室

☎区内に在住で18歳以下の障がいのある子どもと家族（原則親子で参加）

☎8月21日(水)14:00～15:30

☎区総合福祉センター

☎ミニ運動会（楽しく体を動かそう!）

☎☎電話で、8月9日(金)までに。先着30組

お知らせ

生活課

☎568-7725、☎264-5271

●献血にご協力を

☎①7月13日(土)9:00～12:00、13:15～16:00、②7月20日(土)9:00～12:00、13:15～15:30

☎①牛田集会所、②戸坂福祉センター

追加募集

「区の魅力と活力向上推進事業補助金」まちづくり活動に補助金を交付します

仲間と一緒に、自分たちのまちの魅力を向上させる活動をしてみませんか。新たな活動を始める団体に補助金を交付します。
【補助対象など】3人以上で構成される団体が、区が設定したテーマに沿って、主体的・継続的に行う活動

【補助内容】	補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
	初年度	3分の2以内	100万円
	2年目	2分の1以内	70万円
	3年目	3分の1以内	35万円

☎所定の申請書で、7月19日(金)までに、地域起こし推進課へ。応募の手引き・申請書は、市HP、区役所、区内公民館で

☎☎568-7704、☎262-6986

市HP ページ番号 384741



保育園が子育てを応援します(7・8月分)

☎保育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)			
あけぼの	261-3869	7/9(火) 8/3(土)	10:00～11:00 夏の遊びを楽しもう(5組、要予約) サタデー広場(5組、要予約)
東浄	229-5032	7/17(水)	10:00～11:00 夏の遊びを楽しもう
中山	289-0902	7/2(火) 7/13(土)	10:00～11:00 七夕飾りを作ろう(要予約) サタデー広場(要予約)
温品	289-7477	7/3(水) 7/27(土) 8/23(金)	10:00～11:00 七夕飾りを作りましょう サタデー広場 夏の遊びを楽しみましょう
福木	899-2039	7/13(土) 8/20(火)	10:00～11:00 サタデー広場 夏の遊びを楽しもう
戸坂	229-0090	7/10(水)	11:00～12:00 園庭開放
わかくさ	261-0929	7/26(金) 8/24(土)	10:00～11:00 夏の遊びを楽しもう サタデー広場
(私立)			
牛田新町光明	222-3911	7/3(水) 7/24(水) 8/7(水)	10:00～11:00 泡遊びをしよう 感触を楽しもう プールで遊ぼう
桜が丘愛育園	229-1939	8/21(水)	水遊びをしよう
		7/5(金) 8/24(土)	10:00～11:00 19:30～21:00 夜空に夢を！七夕の会 夏祭り
サンヒルズ	289-7688	7/5(金) 7/20(土) 8/17(土)	10:00～11:00 七夕会 子育て広場
		8/27(火)	劇団おはなしドンドンによる人形劇
清水谷	289-0625	7/9(火) 8/6(火)	10:00から 色水遊びをしよう エプロンシアター
中山いづみこども園	289-8800	7/4(木) 8/1(木)	10:00～11:00 水遊びを楽しもう 音楽コンサート
広島光明学園	228-5595	7/5(金) 7/10(水) 8/1(木) 8/26(月)	10:30～11:30 七夕イベント こどもひろば 夏の音楽会 絵本読み聞かせ
広島修道院	261-1519	7/2(火) 7/6(土) 7/30(火)	10:00～11:00 人形劇を楽しもう「ペパ」 子育て応援講座「食育」『美味しく楽しくよくかんで』 夏の遊びを楽しもう
二葉学園	262-0027	7/17(水) 8/28(水)	10:00から 10:00～11:00 見学会(要予約) 親子制作(要予約) 見学会(要予約)

※8月1日号には、区内の幼稚園の8・9月分の記事を掲載予定です。