

くらしの西区版ガイド

子育て

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■離乳食教室スタート編
☎4～6カ月児の保護者(子ども同伴可)
☎8月30日(金)10:00～11:30
☎区地域福祉センター
☎離乳初期を中心とした離乳食の進め方(話・調理実演、相談)
☎電話(☎294-6235)で。先着15組
■離乳食教室お誕生日編
☎9～12カ月児の保護者(子ども同伴可)
☎9月6日(金)10:00～11:30
☎区地域福祉センター
☎9カ月からの離乳食の進め方(話、相談)
☎電話(☎294-6235)で。先着20組

健康

原爆被害対策部援護課

☎504-2195 ☎504-2257

会場	実施日時
南観音集会所	9:30～11:00
第二南観音会館	8/5(月) 13:30～14:30
草津東集会所	8/20(火)
庚午集会所	8/21(水)
観音公民館	8/26(月)
鈴が峰会館	8/30(金)

※肺がん検診も同時に受診可
■被爆者がん検診

会場	実施日時
草津東集会所	8/20(火)
鈴が峰会館	8/30(金)

☎胃がんのみ、電話で

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■エイズ相談・抗体検査
☎毎週(火)(6日は除く)、9:00～11:00
☎区地域福祉センター
☎エイズに関する個別相談、抗体検査を匿名で実施
※梅毒・肝炎検査も同時に受診可
☎電話(☎294-6235)で。先着5人
■栄養相談日
☎8月20日(火)9:30～11:30
☎区地域福祉センター
☎管理栄養士による食生活の個別相談
☎電話(☎294-6235)で。先着4人
■精神科医師による心の健康相談
☎8月22日(木)13:30～15:00
☎区地域福祉センター
☎不眠や対人関係、物忘れなど
☎電話(☎294-6384)で、8月20日(火)までに。先着3人

■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結核健康診断、④骨粗しょう症検診 

会場	実施日時
草津東集会所	8/20(火) 9:00～11:00
庚午集会所	8/21(水) 9:30～11:30
観音公民館	8/26(月)
鈴が峰会館	8/30(金)
山田地区集会所	9/4(水) 9:00～11:00

☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上、④受診時に40歳以上で5歳刻みの男性、20歳以上で5歳刻みの女性
※いずれも会社などで健診・検診を受けられる人は除く
¥②各400円、④1,000円
☎当日会場で

■ミニ人間ドックの集団検診
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結核健康診断、④乳がん検診 
⑤子宮頸がん検診 
⑥骨粗しょう症検診 
☎が同時に受診出来ます。

☎①②今年度末で40歳以上、③65歳以上、④今年度末で40歳以上の女性(受診は2年に1回)、⑤20歳以上の女性(受診は2年に1回)、⑥受診時に40歳以上で5歳刻みの男性、20歳以上で5歳刻みの女性
※いずれも会社などで健診・検診を受けられる人は除く

会場	実施日時
LECT	10/8(火) 9:00～11:00

¥②各400円、④1,500円、⑤⑥各1,000円
☎集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日の9:00～16:30、電話でのやりとりが難しい人は☎504-2258)へ

☎のついた健診などを受診する人へ
¥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か、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料
☎受診券、健康診査を受診する人は健康保険証
※大腸がん検診は、受診券に同封のががきで事前に検便容器を請求。お急ぎの場合は電話(☎294-6235)で
※今年度末で50歳以上の人は、医療機関や市健康づくりセンターでは、胃内視鏡検査が選択可。詳しくは電話(☎294-6235)で



催し

西区スポーツセンター

☎272-8211 ☎272-8242
(休)水

■ZUMBA 
☎18歳以上
☎8月29日までの(休)(15日は除く)、19:30～20:30
☎ラテンなどの音楽に合わせて、楽しみながら体を動かす
¥各日500円
☎直接か電話で。先着20人
■サンケイ卓球部との卓球交流会
☎小・中学生
☎8月17日(土)10:00～12:00
☎卓球選手と実技を通して交流する
¥500円
☎8月1日(木)9:00から直接か、同日10:00から電話で。先着50人
■中国電力レッドレグリオンズとの交流会
☎小・中学生
☎8月24日(土)14:00～16:00
☎ラグビー選手とタッチラグビーを通して交流する
¥500円
☎8月1日(木)9:00から直接か、同日10:00から電話で。先着50人
■長い距離を走るためのランニングクリニック 
☎小学生以上
☎9月21日(土)10:00～11:30(雨天中止)
☎マツダ陸上競技部の選手と長く走るコツを楽しく学ぶ
¥600円
☎8月15日(木)9:00から、直接か電話で。先着30人

■コジマホールディングス 西区図書館 
☎234-1970 ☎295-9287
(休)月(12日は除く)、13日(火)

■えほんくらぶ
☎乳幼児と保護者
☎8月9日(金)11:00から
☎乳幼児のための絵本の読み聞かせなど
■おはなし会
☎幼児と小学生
☎8月24日(土)11:00から
☎絵本の読み聞かせなど
■健康づくりサポートセミナー
☎9月6日(金)13:30～15:30
☎ロコモティブシンドロームについて 
【講師】スポーツインストラクター・高芳照氏
☎区民文化センター
☎直接か電話、ファクスで。先着30人

■テーマ別図書の展示

テーマ	期間
やっぱり本が好き! -中高生のきみへ- (青少年向け)	8/18(日)まで
平和を考える (幼児・児童向け)	8/31(土)まで
平和への思い (一般向け)	8/31(土)まで



西区トップアスリートとわくわくうんどうかい
☎西区が活動拠点のトップスポーツチームが参加する「うんどうかい」を開催します。
憧れの選手と一緒にスポーツを楽しみましょう!

参加チーム(種目)	
広島ドラゴンフライズ(男子バスケットボール)	ヴィクトワール広島(自転車ロードレース)
スリストム広島(3人制バスケットボール)	イズミメイプルレッズ広島(女子ハンドボール)
中国電力レッドレグリオンズ(男子ラグビー)	サンケイ卓球部(男子卓球)
マツダスカイアクティブズ広島(男子ラグビー)	

☎区内に在住の小学生
☎8月22日(木)10:00～12:00
☎広島サンプラザホール
☎プロ選手などによる競技デモンストラーションや各種目の体験、玉入れ、サイン会など
☎区HPか所定の申込書で、8月9日(金)(必着)までに、地域起こし推進課へ。申込書は、区役所で。抽選100人
☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)

区役所4階元気じゃけん食堂 健康相談会&測定会
栄養バランスのよい「元気じゃけん定食」(490円、50食限定)を提供します。また、今月は医師や管理栄養士、保健師との個別の健康相談会と体組成測定会(受け付けは13:00まで)も併せて実施します。
☎8月19日(月)12:00～13:30
☎地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)

三滝で勾玉を作ろう 
勾玉や三滝の歴史について家族で学び、勾玉を作る体験講座を開催します。
☎小・中学生を含む家族
☎9月16日(祝)9:00～12:30
☎三滝少年自然の家
☎区HPか電話、ファクスで、8月30日(金)(必着)までに。抽選8組
☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)

高齢者スポーツ大会出場チーム募集
☎区内に在住で、来年度60歳以上(昭和41年4月1日以前生まれ)の人

種目	①ベタング	②グラウンドゴルフ
開催日(雨天時予備日)	9月13日(金) 9月17日(火)	10月4日(金) 10月8日(火)
チーム編成	監督含め4人(うち70歳以上1人が常時出場)	1チーム3人
参加費	1チーム4,000円	1チーム4,500円

☎区スポーツセンター
☎往復はがきで、チーム名、代表者・参加者の住所、氏名、生年月日、電話番号、参加種目を、9月2日(月)(必着)までに、区シニアクラブ連合会事務局(〒733-0012 西区中広町一丁目18-27 市社会福祉センター中広会館内)へ
☎☎、☎233-2929

いっしょに遊ぼう 常設オープンスペースにしくニコニコひろば 
子どもと保護者が気軽に集い交流できる広場です。詳しくは区HPで。
☎0～2歳児と保護者
☎(月)～(金)の10:00～15:00
☎区地域福祉センター
☎(祝、(休、年末年始、8月6日、13日～16日
イベント「子どもの健康講座」を開催します
同時にオンライン配信も行います。詳しくは区HPで。
☎8月8日(木)13:30～14:30
☎子どもの歯のケアについて
☎区HPで
☎地域子育て支援センター(☎503-6288、☎294-6113)