

くらしのガイド

安佐南区版

健康

地域支えあい課

☎831-4942、831-4568、831-4944、☎870-2255

下記①～⑥の健診(検診)を受診する人へ

がん検診は、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(①は保険証も)

☎のついた検診は、集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00～16:30、電話でのやりとりが難しい人は☎504-2258)へ。インターネット予約は市HPから。「広島市集団検診」で検索

- 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
- ☎今年度末で①②40歳以上、③65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

期日	会場	時間
1/9(木)	沼田公民館※	9:00～11:30
1/12(日)	古市公民館	9:00～11:00
1/14(火)	イオンモール広島祇園※	10:00～12:30
1/29(火)	川内集会所	13:30～14:30
1/31(金)	安佐南区役所	

☎②各400円

☎当日会場。 ※は☎。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請求を

■④胃がん検診(X線検査) 

☎今年度末で40歳以上(昨年度、市のがん検診券を利用して胃内視鏡検査をした人は対象外)

期日	会場	時間
1/9(木)	沼田公民館	9:00～11:30
1/12(日)	古市公民館	9:00～11:00
1/14(火)	イオンモール広島祇園	10:00～12:30
1/15(水)	祇園公民館	9:00～11:00

☎1,100円

☎☎

■⑤子宮頸がん検診 、⑥乳がん検診 

☎⑤受診時に20歳以上、⑥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
1/9(木)	沼田公民館	9:00～11:30
1/14(火)	イオンモール広島祇園	10:00～12:30

☎⑤1,000円、⑥1,500円

☎☎

■エイズの相談・検査

☎11月14日、28日の(木)9:30～11:30

☎区総合福祉センター

☎相談と血液検査(HIV抗体検査)

☎電話(☎831-4942)で。先着4人

■健康教室「糖尿病について」 

☎11月23日(祝)14:00～15:30

☎区総合福祉センター

【講師】広島共立病院糖尿病内科医師・森下尚明氏

☎電話で広島共立病院(☎879-1111)へ

■いきいき健康生活相談

☎11月26日(火)9:00～11:00

☎区総合福祉センター

☎生活習慣病予防のための、医師、管理栄養士、保健師による健康相談

☎電話(☎831-4942)で。先着4人

■被爆者のための「ゆったりのびのび交流日」 

☎被爆者健康手帳を持つ人。家族の同伴可

期日	内容	時間
11/7(木)	講演・実技「顔晴れ加齢なる一族 脱フレイル」	10:00～11:30
11/15(金)	講演・実技「笑って免疫力アップ」	

☎区総合福祉センター

☎電話(☎831-4942)で。各日先着30人(どちらか一方の日程のみ参加も可)

■安古市地区ウォーキング大会 

☎区内在住の65歳以上の人

☎11月28日(木)10:00～12:30

☎区民文化センター(受付)

☎古川水鳥緑道でのウォーキング(3kmコースか6kmコース)

☎¥500円

☎電話で、11月21日(木)までに、地域支えあい課(☎831-4942)へ。先着30人

■男性介護者のつどい「4木の会」 

☎11月28日(木)13:00～15:00

☎区総合福祉センター

☎近況報告会

☎電話(☎831-4568)で

■専門医による心の健康相談

☎11月14日、28日の(木)13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎人とうまく付き合えない、気持ち落ち着かない、不眠、認知症、アルコールの問題などで悩んでいる人やその家族の相談に専門医が応じます。秘密厳守

☎電話(☎831-4944)で。先着2人

■原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

期日	会場	時間
11/14(木)	沼田公民館	9:30～11:30
11/18(月)	安公民館	
11/20(水)	佐東公民館	
11/25(月)	伴東集会所	
11/27(水)	毘沙門台集会所	
11/29(金)	祇園西公民館	

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者胃がん・肺がん検診 

期日	会場	時間
11/14(木)	沼田公民館	9:00～10:30
11/27(水)	毘沙門台集会所	

☎予約制。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 

期日	会場	時間
11/14(木)	沼田公民館	9:30～11:00
11/18(月)	毘沙門台集会所	
11/22(金)	安公民館	
11/25(月)	安東公民館	

☎予約制。電話で

子育て

安佐南区地域子育て支援センター

☎、☎877-2146

■卒乳講座

☎11月28日(木)10:00～11:30

☎区総合福祉センター

【講師】Hana助産院助産師・野崎悦子氏

■地域子育て相談ダイヤル

就学前までの子育ての相談に電話かファクス、面談で応じます。

☎平日の8:30～17:15

☎区総合福祉センター

☎面談のみ電話で

■地域支えあい課

☎831-4944、☎870-2255

■ふたご・みつごのつどい

☎双子・三つ子を妊娠している人、おおむね3歳までの双子・三つ子を育てている人

☎12月4日(水)10:30～11:30

☎区総合福祉センター

☎参加者同士の交流・情報交換

☎電話で。先着8組(区内在住の人優先)

■健康相談室

地区	期日	会場
安古市	11/6(水)	区総合福祉センター
	11/14(木)	安公民館
	11/15(金)	安東公民館
	11/28(木)	東野公民館
	12/2(月)	安公民館
佐東	11/7(木)	佐東老人いこいの家
	11/25(月)	八木集会所
	11/26(火)	川内集会所
	11/18(月)	祇園公民館
	11/22(金)	原集会所
祇園	12/6(金)	祇園西公民館
	11/12(火)	下伴集会所
	11/13(水)	戸山公民館
	11/20(水)	沼田公民館
	11/21(木)	大塚公民館

【受付時間】9:30～11:00

☎乳幼児の身長・体重測定や育児相談、成人の血圧測定、尿検査、健康相談など

☎母子健康手帳か健康手帳

■常設型子育てオープンスペース オアシスあさみなみ

☎、☎877-2146(区総合福祉センター)

☎おおむね3歳未満の乳幼児と保護者

☎平日の10:00～15:00

☎親子遊び、交流、相談、子育て情報提供など

期日	行事	時間
11/8(金)	触れ合い遊び&絵本	10:30～11:00
11/12(火)	食育相談(先着5人)	10:00～11:30
11/20(水)	子育て相談(先着5人)	
11/21(木)	育児講座	13:30～14:00
11/25(月)	おはなし会	11:00～11:30
11/26(火)	食育相談(先着5人)	10:00～11:30

☎食育相談、子育て相談は当日10:00から直接受け付け

■精神障害者を支える家族の勉強会

☎11月27日(水)13:30～15:30

☎区総合福祉センター

☎公開講座「金銭管理などのサポートについて-福祉サービス利用援助事業かけはし-」

☎地域支えあい課(☎831-4944、☎870-2255)

催し

地域起こし推進課

☎831-4926、☎877-2299

■安佐南区役所"小さな音楽会" 

広島文化学園大学音楽学科の学生による演奏会です。

☎11月20日(水)12:20から

☎区役所

☎混合アンサンブル「川の流れるように」「天城越え」など

■親子ふれあいサッカー教室

☎区内に在住の小学生と保護者

☎12月15日(日)10:00～12:00

☎ホッツスタッフフィールド広島

☎所定の申込書か電話で、11月22日(金)までに、地域起こし推進課へ。申込書は、区HP(右コード)や区内公民館で。抽選70組

■マエダハウジング 安佐南区民文化センター

☎879-3060、☎879-3061

(休月)(4日を除く)

■さろんコンサート「木管楽器で奏でる楽しい演奏会」

☎11月24日(日)14:00～15:00

☎木管五重奏による演奏会

■まんが図書館あさ閲覧室

☎830-3675、☎830-3676

(休月)(4日を除く)、5日、26日、29日

■イラスト漫画講座

☎小・中学生

☎11月30日(土)10:00～12:00

☎安公民館

☎紙袋にイラストを描く

【講師】漫画家・甲斐さゆみ氏

☎11月1日(金)10:00から直接か電話、ファクスで。先着10人

献血にご協力を		
400ml献血のみの受け付け。		
期日	会場	時間
11/17(日)	中筋小学校	9:30～16:00
11/24(日)	フジグラン緑井	10:00～12:30 13:30～16:00

☎生活課(☎831-4939、☎870-2255)

■凍結防止剤(塩化カルシウム)の散布にご協力を

橋りょうや日陰のカーブ、勾配の急な場所など、特に凍結の起こりやすい箇所や危険な箇所に、事前に凍結防止剤を設置しています。周辺住民の皆さんで必要に応じて使用してください。

・凍結防止剤に直接触れたり、吸引したりしない

・植物にかけると枯れる可能性があるので、気を付けて散布する

☎維持管理課(☎831-4957、☎877-7749)

家族介護教室 				
期日	時間	内容	場所	申し込み先
11/7(木)	10:00～12:00	今とこれからの見据えた福祉用具の選び方	区民文化センター	東原慈光園(☎850-1108)
11/14(木)	10:30～11:30	低栄養の予防について	特別養護老人ホーム春日野園(山本新町二丁目18-9-14)	同施設(☎832-4165)

☎電話で各申し込み先へ

☎地域支えあい課(☎831-4568、☎870-2255)

■高齢者囲碁大会

市老人クラブ連合会が開催する大会の、区予選会を兼ねた囲碁大会を開催します。対局は有段者(A組)、有段者以外(B組)に分けて行います。

☎区内に在住で昭和41年4月1日以前に生まれた人

☎12月1日(日)9:30から

☎祇園福祉センター(西原一丁目13-26)

☎一般1,000円(老人クラブ会員500円)

☎一般参加者は往復はがきで、住所・氏名・生年月日・電話番号・段級位・弁当斡旋の可否を記入し、11月11日(月)(必着)までに、区いきいきクラブ連合会事務局(〒731-0103 緑井六丁目29-28 佐東出張所内)へ。同会会員は所定の申込書で所属学区老人クラブ連合会へ。応募者多数の場合は抽選

☎区いきいきクラブ連合会事務局(☎、☎876-3877)

■安佐南区スポーツセンター

☎848-2411、☎848-2432 (休火)

■燃やせ体脂肪！めざせ！すっきりボディ編

☎18歳以上

☎11月13、20、27日の(水)、13:30～14:30 ☎各600円

☎各日1週間前の9:00から直接か電話で。先着各20人

■燃やせ体脂肪！水中運動編

☎18歳以上

☎11月14、21、28日の(木)、13:30～14:30 ☎各600円

☎各日1週間前の9:00から直接か電話で。先着各14人

■幼児と保護者のふれあい体操

☎3歳以上の幼児と保護者

☎12月14日(土)9:30～10:30、11:00～12:00 ☎各600円

☎11月1日(金)9:00から直接か電話で。先着各12組

■マエダハウジング安佐南区図書館

☎879-5060、☎879-8536

(休月)(4日を除く)、5日、26日、29日

■0・1・2才のおはなし会

☎乳幼児と保護者

☎11月9日(土)、28日(木)の10:30から

☎区民文化センター

☎絵本の読み聞かせやわらべ歌など

☎当日会場で。先着10組

■おはなし会

☎11月16日(土)10:30から

☎絵本の読み聞かせなど

☎当日会場で。先着10組

■図書のテーマ別展示「みんなのお仕事」

☎11月28日(木)まで

☎仕事や職業に関する本の展示

■認知症の人と家族の会

☎11月27日(水)13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎研修会「認知症の人の金銭管理-成年後見制度編-」

☎電話で

☎地域支えあい課(☎831-4568、☎870-2255)