くらしのガイド 西区版

子育て

地域支えあい課
☎294-6384、294-6235
FAX294-6113

■離乳食教室スタート編
対4～6カ月児の保護者(こども同伴可)
日11月22日㈮10:00～11:30
場区地域福祉センター
内離乳初期を中心とした離乳食の進め方(話・調理実演、相談)
申電話(☎294-6235)で。先着15組

健康

生活課
☎294-6109　FAX294-6311

■献血にご協力を

会場	日時	
己斐東小学校	11/9㈯	9:00～13:00
井口小学校		10:00～14:30
古田公民館	11/11㈪	9:00～12:00
フジ井口店駐車場	11/16㈯	10:00～11:30 12:30～16:00
観音公民館	11/28㈭	9:30～12:00 13:00～16:00

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

会場	日時	
区地域福祉センター	11/5㈫	9:30～11:30
井口集会所	11/13㈬	
草津東集会所	11/26㈫	
三篠北町集会所	12/2㈪	9:30～11:00
三滝本町集会所		13:30～14:30

※肺がん検診も同時に受診可

■被爆者がん検診 いきいき

胃がん・肺がん検診		
会場	日時	
区地域福祉センター	11/5㈫	9:00～10:30

申胃がんのみ、電話で

地域支えあい課
☎294-6384、294-6235
FAX294-6113

■エイズ相談・抗体検査
日毎週㈫9:00～11:00
場区地域福祉センター
内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
申電話(☎294-6235)で。先着5人

■栄養相談日
日11月12日㈫9:30～11:30
場区地域福祉センター
内管理栄養士による食生活の個別相談
申電話(☎294-6235)で。先着4人

■認知症の人と家族の会 いきいき
日11月13日㈬13:00～15:00
場区地域福祉センター
内介護の悩みを話し合う座談会
申電話(☎294-6289)で

■ひまわり会(心の病気を抱える人の家族の会)
日11月21日㈭13:30～15:30
場区地域福祉センター
内座談会や学習会で悩みを語り合い、理解を深め合う
申電話(☎294-6384)で

■精神科医師による心の健康相談
日11月28日㈭13:30～15:00
場区地域福祉センター
内不眠や対人関係、物忘れなど
申電話(☎294-6384)で、11月26日㈫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) いきいき、②肺がん・大腸がん検診注 いきいき、③結核健康診断、④骨粗しょう症検診注 いきいき
対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歳刻みの男性と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	日時	
井口集会所	11/13㈬	9:30～11:30
草津東集会所	11/26㈫	

¥②各400円、④1,000円
申当日会場で

■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) いきいき、②肺がん・大腸がん検診注 いきいき、③結核健康診断、④乳がん検診注 いきいき、⑤子宮頸(けい)がん検診注 いきいき、⑥骨粗しょう症検診注 いきいきが同時に受診出来ます。
対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歳刻みの男性と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	日時	
区地域福祉センター	来年1/7㈫	9:00～11:30
LECT	1/30㈭	10:00～12:30

¥②各400円、④1,500円、⑤⑥各1,000円
申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FAX504-2258)へ

注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
持受診券、健康診査を受診する人は健康保険証
※大腸がん検診は、受診券に同封のは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胃内視鏡検査を選択可。詳しくは電話(☎294-6235)で

■①子宮頸がん検診注 いきいき、②乳がん検診注 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

会場	日時
楠木会館	来年1/8㈬9:30～11:00

¥①1,000円、②1,500円
申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FAX504-2258)へ

催し

地域起こし推進課
☎532-0927　FAX232-9783

■西国街道ぶらり旅-いのくち歴史の散歩道- いきいき
対18歳以上
日11月20日㈬13:00～16:00
場井口集会所
内井口地区の旧西国街道沿いの説明の後、史跡を巡り、井口の歴史や文化を学ぶ
申直接か電話で、井口公民館へ。先着20人
問同館(☎、FAX277-9258)

■やまなみハイキング いきいき
登山をしてみませんか。
日11月30日㈯8:30集合(雨天中止)
集合場所己斐公民館
内【初心者コース】己斐公民館→新山千手観音(しんざんせんじゅかんのん)→高垰山(たかとうげやま)→宗箇山(そうこやま)(昼)→みたきさくら広場
【健脚コース】己斐公民館→茶臼山(ちゃうすやま)→高峠山→延命地蔵→大茶臼山(おおちゃうすやま)(昼)→己斐峠→柚木城山(ゆのきじょうやま)→見越山→広電草津駅
申区HPか電話で、11月15日㈮までに。各コース抽選20組

■三滝山ファミリー自然体験講座「三滝で冬鳥を探そう」
対小・中学生を含む家族
日11月30日㈯9:00～12:30(雨天決行)
場三滝少年自然の家
内バードコールを作って野鳥を探し、冬の三滝山を自然観察
申区HPか電話で、11月15日㈮までに。抽選10組

西区スポーツセンター
☎272-8211　FAX272-8242
休㈬

■スポーツセンターまつり「スポレク西区」
対幼児以上(プールのみ小学生以上)
日11月17日㈰9:00～16:00
内軽スポーツやパラスポーツの体験、スポーツクイズなど
申当日会場で

コジマホールディングス西区民文化センター
☎234-1960　FAX293-1860
休㈪

■西区民音楽祭出演団体募集
【音楽祭の日】来年3月2日㈰
¥2,000円／団体
内市内に在住で活動する①合唱②器楽演奏団体による発表
申所定の申込書で、11月30日㈯(必着)までに。申込書は、同センター、区内公民館などで。抽選①6団体②10団体程度

コジマホールディングス西区図書館
☎234-1970　FAX295-9287
休㈪(4日は除く)、5日㈫、26日㈫、29日㈮

■えほんくらぶ
対乳幼児と保護者
日11月8日㈮11:00から
内乳幼児のための絵本の読み聞かせなど

■おはなし会
対幼児と小学生
日11月23日㈷11:00から
内絵本の読み聞かせなど

■わいわいこどもまつり
対3歳以上～小学生
日12月7日㈯14:00から
内英語の絵本の読み聞かせやゲーム、パネルシアターなど
申直接か電話、ファクスで。先着15組

いきいきプラザ
☎231-1472　FAX291-1474
休㈫、㈷

■ふくしま地区文化祭 いきいき
日11月9日㈯10:00～21:30、10日㈰9:00～15:00
内舞台発表や展示、バザーなど

家族介護教室 いきいき

介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などについて学ぶための教室を開催します。
対高齢者を介護している家族や近隣の援助者
日11月14日㈭10:30～12:00
場特別養護老人ホーム千歳園(山田新町二丁目7-2)
内テーマ「認知症を知ろう-認知症の理解と対応-」
申電話(☎272-6937)で、特別養護老人ホーム千歳園へ
問地域支えあい課(☎294-6289、FAX294-6113)

冬に備える火災予防講話 いきいき

もみみん

火災が起こりやすい季節が近づいてきました。冬場に住宅で発生する割合が高い火災について学ぶための講話です。
日11月15日㈮13:30～15:00
対市内に在住の人　場西消防署
内消防音楽隊ミニコンサート、たばこやストーブが原因の火災への対策、電気火災の再現実験
申電話で、11月13日㈬までに
問☎232-0381、FAX232-3293

高齢者囲碁大会出場者募集
来年10月に開催される、「全国健康福祉祭ぎふ大会」の予選会を兼ねています。
対区内に在住で、昭和41年4月1日以前生まれの人　※全国健康福祉祭に参加希望でない人も出場可
日12月2日㈪9:30から(8:30から受け付け)
場三篠公民館　¥2,600円(弁当代含む)
申往復はがきで、住所、氏名、生年月日、電話番号、囲碁の段・級位を、11月8日㈮(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
問☎、FAX233-2929

区役所4階元気じゃけん食堂
食堂で、主食・主菜・副菜の揃った栄養バランスの良い「元気じゃけん定食」(490円、50食限定)を提供します。
日11月19日㈫12:00～13:30
問地域支えあい課(☎294-6235、FAX294-6113)

そらママ

西区青少年健全育成大会-青少年によい環境をあたえる運動-

次世代を担う青少年の意見を聞き、地域や社会、家族の取り組むべき問題について考える会です。
日11月23日㈷9:30～12:30
場区民文化センター
内己斐上地区青少年健全育成連絡協議会の活動報告発表、小・中学生の意見発表など
問地域起こし推進課(☎532-0927、FAX232-9783)

いっしょに遊ぼうよ　常設オープンスペース にしくニコニコひろば

慈己(いつき)くん(1歳11カ月)とお父さん

こ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。
対0～2歳児と保護者
日㈪～㈮(㈷、㈭は除く)の10:00～15:00
場区地域福祉センター

講座「保育園の入園について」を開催します
来年4月からの入園申し込みが、11月21日㈭から始まります。受け付けを担当する福祉課職員が、申し込み方法などを説明します。同時にオンライン配信も行います。
日11月7日㈭10:30から
申オンラインのみ、区HPで、11月5日㈫までに
問地域子育て支援センター(☎503-6288、FAX294-6113)