

くらしのガイド

南区版

区役所各課への問い合わせなどは1月6日(月)からお願いします。

健康

地域支えあい課

☎250-4108、250-4109、250-4133、☎254-4030

下記の集団検診を受ける人へ
※受診の際には、「受診券」を持参してください。健康診査を受診する人は、「保険証」が必要です
※生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時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です

■集団検診

①ミニ人間ドック

健康診査とがん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん)と骨粗しょう症検診が1日で受診できます。

※②～⑤、⑦～⑨の対象参照

期日	会場	時間
3/23(日)	区役所別館	9:00～11:30

②健康診査、③肺がん検診、④大腸がん検診、⑤骨粗しょう症検診、⑥結核健診

※⑥はポイント対象外

※②～④今年度末で40歳以上(②国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、③④会社などで受診可能な人は除く)、⑤男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢、⑥今年度末で65歳以上

期日	会場	時間
3/3(月)	楠那公民館	9:00～11:00
3/7(金)	区役所別館	
3/24(月)	宇品公民館	9:30～11:30

※①②⑥無料、③④各400円、⑤1,000円

※大腸がん検診は、事前にがん検診受診券に同封のがきで採便容器の請求を

⑦胃がん検診(X線検査)

※今年度末で40歳以上(会社などで受診可能な人は除く)

期日	会場	時間
3/3(月)	楠那公民館	9:00～11:00
3/7(金)	区役所別館	

※1,100円

⑧子宮頸がん検診、⑨乳がん検診

※⑧受診時20歳以上、⑨今年度末で40歳以上の女性(いずれも会社などで受診可能な人は除く。受診は2年度に1回)

期日	会場	時間
3/12(水)	区役所別館	9:30～11:00

※⑧1,000円、⑨1,500円

※②～⑥当日会場で。①、⑦～⑨は1月6日(月)から集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00～16:30、電話でのやり取りが難しい人は、☎504-2258)へ。先着順

※インターネットでも予約可

広島市 集団検診

検索

■栄養相談(予約制)

肥満が気になる人や、赤ちゃんの離乳食など、管理栄養士が

個別で相談に対応。

※1月15日(水)9:30～10:30

※区役所別館

※電話(☎250-4108)かファクスで

■エイズ相談・HIV検査(予約制)

※毎週(火)9:30～11:00

※区役所別館

※エイズに関する相談やHIV検査を匿名で

※肝炎、梅毒検査を同時に受診可

※電話(☎250-4108)かファクスで

■認知症の人と家族の交流会

※1月17日(金)13:30～15:00

※区役所別館

※情報交換や、悩みを語り合う

※初めて参加する人は電話(☎250-4109)かファクスで

■医師による心の健康相談

※ゆううつ、不眠、お酒、摂食などで悩んでいる人や周りの人

※1月16日、2月6日の(木)、13:30～15:00

※区役所別館

※専門医による相談。秘密厳守

※前日までに、電話(☎250-4133)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
1/10(金)	段原公民館	9:30～11:30
1/29(水)	宇品集会所	
2/3(月)	宇品集会所	

※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
1/29(水)	段原公民館	9:00～10:30
2/3(月)	宇品集会所	

※胃がん検診は予約制

※電話で

子育て

地域支えあい課

☎250-4133、☎254-4030

■離乳食教室-スタート編-
教室のほかに離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が対応。

※生後4～6カ月児の保護者

※1月22日(水)10:00～11:30

※区役所別館

※離乳食の進め方と調理実演

※電話かアプリ「母子モ」で

■タッチケア

こどもと保護者の触れ合いを通してコミュニケーションを楽しむ。

※市内に在住の生後3～6カ月の乳児と保護者

※1月15日(水)10:00～11:00

※区役所別館

※話と実技

【講師】比治山大学短期大学部教授・七木田方美氏

※電話かアプリ「母子モ」で

■おっぱいバイバイ講座

母乳をやめる時期などの疑問に助産師が対応。

※乳幼児とその保護者

※2月3日(月)13:30～14:30

※区役所別館

※卒乳についての話

※電話か区ホームページで

催し

障害者基幹
相談支援センター

☎207-0636、☎207-0626

■障害福祉相談会

※1月9日(水)10:30～12:00(受け付けは11:30まで)

※区役所別館

※福祉サービス利用の相談や障害のある人などの相談に対応

南区民文化センター

☎251-4120、☎256-8811

(休)月、1日(祝)～3日(金)

■舞台技術ワークショップ音響実践編

※1月12日(日)、13日(祝)、9:00～21:00

※¥3,500円(見学は各500円)

※所定の申込書で。申込書は同センターHPで

南区図書館

☎251-1080、☎252-4120

(休)月(13日は除く)、1日(祝)～4日(土)、14日(火)、31日(金)

■楽しく学ぼう おこづかい教室

※小学生(3年生以下は保護者同伴、4年生以上は保護者1人のみ入室可)

※1月26日(日)10:00～12:00

※お金の使い方やおこづかい帳の書き方について学ぶ

※区民文化センター

※1月5日(日)9:00から窓口か電話、ファクスで。先着30人

■郷土史関連講座 「島だった比治山・黄金山の今昔」

※2月2日(日)10:30～12:00

※比治山・黄金山について学ぶ

【講師】郷土資料館主任学芸員・玉置和弘氏

※区民文化センター

※1月5日(日)9:00から、窓口か電話、ファクスで。先着40人

南区スポーツセンター

☎251-7721、☎251-7701

(休)火、1日(祝)～3日(金)

■チャレンジ! バドミントン

※中学生以上

※2月27日(水)19:00～21:00

※初心者とはラケットの持ち方から、経験者はステップアップを目指す

【講師】広島ガスバドミントン部

※¥1,000円

※1月4日(土)9:00から、窓口か電話で。先着12人

東雲屋内プール

☎、☎286-6909

(休)火、1日(祝)～3日(金)

■初めてお手軽ヨガ!

※中学生以上

※1月9日～30日の(木)、18:30～19:30

※各日600円

※前回開催日(1月9日分は1月4日(土))の9:00から窓口、10:00から電話で。先着各日12人

出島屋内プール

☎254-2891、☎254-2892

(休)火、1日(祝)～3日(金)

■水泳は苦手! でも泳ぎたい

※水泳が苦手な小学生

※1月18日(土)10:30～12:00

※¥700円

※1月4日(土)9:00から窓口、9:30から電話で。先着12人

南区クロスワード答え:

タテのカギ 1. マンガ 2. サンダーズ 3. カッパ 4. ミナト 5. パウムクーヘン 6. スカイウォーク	ヨコのカギ 4. ミモザ 6. スチーム 7. ウジナ 8. マントン 9. ピースメッセージ 10. オウゴン	11. クスノキ
---	--	----------

子育て支援ボランティア養成講座

区内の常設オープンスペース「キッズひろば みなみ」でこどもを見守るボランティアを募集しています。

※区近辺に在住で、子育て支援ボランティア活動ができる人

※1月27日(月)10:00～12:00

※区役所別館

※講演「地域における子育て支援の必要性」、ボランティア活動に関する説明・登録

【講師】広島都市学園大学准教授・加藤弘美氏

※電話か区ホームページで

※地域支えあい課(☎250-4133、☎254-4030)

南区さざなみフェスティバル

区内で活動する文化サークルの皆さんが日頃の成果を発表します! 2月8日(土)、9日(日)を中心に開催(※展示発表は1月4日(土)から)

舞台発表	体験コーナー	こども劇場
音楽、舞踊、ダンスなどのサークル発表会	来場者が手芸サークルなどの活動を体験	人形劇によるこども劇
おはなし会	展示発表	区民文化センター ☎251-4120、☎256-8811
2月8日(土)11:00から絵本の読み聞かせ	1月4日(土)～3月2日(日)絵手紙、書などの作品展示	

保育園・幼稚園に遊びに来てください

※保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者
※各園へ ★は予約が必要

保育園名	電話番号	日時	内容
荒神	262-6983	1/15(水) 10:00～11:00	★お正月遊びを楽しもう
大州	286-4554	1/17(金) 10:00～11:00	園開放
青崎	281-2493	1/30(木) 10:00～11:00	一緒に遊ぼう(絵本など)
皆実	253-9415	1/15(水) 10:00～11:00	★保育園で遊ぼう
大河	251-4894	1/21(火) 10:00～11:00	★園庭開放
仁保新町	282-4778	1/15(水) 10:00～11:00	★ゴーゴー保育園!一緒に遊ぼう
仁保	281-1539	1/10(金) 10:00～11:00	★お正月遊びを楽しもう
楠那	251-6843	1/11(土) 10:00～11:00	★サタデー広場
宇品東	254-1600	1/15(水) 10:00～11:00	リズム遊びを楽しもう
出島	254-6319	1/10(金) 10:00～11:00	★お正月遊びをしよう
似島	259-2131	1/17(金) 10:15～11:15	★園庭開放
うじな	251-4833	(木) 10:00～11:30	★園庭開放
みみょう	282-6366	(金) 10:00～12:00	園開放、誕生会、保育講座 管理栄養士による栄養相談、健康相談・身体測定、園開放、保育講座などのイベント参加

第二みみょうこども園	283-0900	(月)・(水) 10:00～12:00	
日出みみょう	569-4455	1/18(土) 10:00～12:00	★鬼のお面を作ったり、新聞ボールを投げて遊ぼう
段原みみょう	568-8330	(火)・(木) 10:00～12:00	園開放・育児相談
ナーガ	255-8222	1/25(土) 10:30～11:15	★つぼみクラブ(親子体操)※車での来園不可
第二ナーガこども園	250-8022	1/9(木) 10:00～11:00	★園庭開放 ※車での来園不可
アイグラン保育園仁保	258-1220	1/25(土) 10:00～11:00	★栄養士による離乳試食会、手・足形アート(0・1歳時親子対象)
レガロ・パンビーニ	261-0415	1/15(水) 10:00～11:00	★おいでよ! Regalo Land-おながくかい-

幼稚園名	電話番号	日時	内容
青葉	281-2497	1/16(木) 10:30～11:30	★なかよし広場“お母さんといっしょ”(対象:令和4年4月2日～令和5年4月1日生)
安芸あさひ	251-0451 254-2153	1/9(木) 10:00～11:30 1/9(木) 10:30～11:30	★園庭開放 親子体操
大洲	281-0403	1/9(木) 10:00～11:30	園庭開放、あそびのひろば(雨天実施)
こうわ	890-2226	1/23(木) 10:00～11:00	★園庭開放
親和	254-3313	1/25(土) 10:00～11:30	★親子教室(コーナー遊び、戸外遊びなど)
清美	281-0477	1/21(火) 10:30～11:30	園庭開放、親子触れ合い広場(詳細はHPを)
谷の百合	251-6351	1/15(水) 9:30～10:30	園庭開放、絵本、歌遊び、育児相談
比治山	261-3526	1/21(火) 10:30～12:00	★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	1/14(火) 10:00～11:00	★園庭開放
フレーザー	251-6865	1/8(水) 9:00～10:30	園庭開放、子育て相談 読み聞かせ、製作、戸外遊び ※雨天時砂場遊び
本浦	281-1983	1/15(水) 10:00～11:30	
みみょう	261-5330	(火)・(木) 10:00～12:00	園内開放、絵本の読み聞かせ、手作り遊び、育児相談ほか
洋光	281-5900	1/22(水) 8:30～12:00	園庭開放、コアラの会(11:15～12:00)