

くらしのガイド

東区版

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、マイナ保険証、健康保険証、資格確認書のいずれかが必要

※注のついた検診は、4月16日（水）から、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。先着順

●胃がん検診（バリウム）

☎今年度末で40歳以上

期日	会場	時間
5/12（月）	福田公民館	9:00～11:00
5/14（水）	中山集会所	
5/21（水）	温品集会所	
6/13（金）	戸坂福祉センター	

¥1,100円

※注

●①子宮頸がん検診、②乳がん検診

☎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

期日	会場	時間
5/19（月）	温品集会所	9:30～11:00
6/4（水）	福田公民館	

¥①1,000円、②1,500円

※注

●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
5/27（水）	区総合福祉センター	9:00～11:30
6/12（木）		

¥①1,100円、②③400円、④1,000円、⑤1,500円

※注 大腸がん検診は事前に専用はがきで検便容器の請求を。お急ぎの場合は電話（568-7729）で

●元気じゃけん食堂

☎4月10日、24日（木）、12:00～13:00

☎区役所

☎食堂で、健康定食「元気じゃけん定食」（560円）を提供。食券は11:30から販売

●栄養相談日

乳幼児から高齢者まで、世代に応じた生活習慣病や食生活改善のためのアドバイスを、管理栄養士が行います。

☎4月14日、5月12日（月）、9:30～11:00（1人30分程度）

☎区総合福祉センター

☎電話（568-7729）で。先着3人

●専門医による心の健康相談

夜眠れないなどの症状のある人、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。

☎4月24日（木）13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎電話（568-7735）で

●東区ケアメンの会-男性介護者のつどい-

☎男性介護者

☎4月17日（木）10:00～12:00

☎区総合福祉センター

☎介護についての思いを男性同士で話し、交流できる場

●認知症など在宅介護者の会（ほほえみの会）のつどい

☎認知症高齢者の家族など

☎4月3日、5月1日（木）10:00～12:00

☎区総合福祉センター

☎認知症高齢者の介護についてさまざまな思いを話し、交流できる場

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
4/4（金）	区総合福祉センター	9:30～11:00
4/30（水）	中山集会所	

※肺がん検診も同時に受診可

子育て

地域支えあい課

☎568-7729、568-7735、☎568-7790

●東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。

☎おおむね3歳未満児と保護者

☎（月）～（金）の10:00～15:00（11日、29日は除く）

【ひろばでのイベント】

日時	内容
4/15（水）10:00～11:30	助産師による相談
4/22（水）10:30から	絵本の読み聞かせ
4/24（木）10:30から	薬学部学生によるお薬のミニ講座
4/25（金）10:30から	親子遊び

☎区総合福祉センター

●離乳食教室（スタート編）

☎4～6カ月児の保護者

☎5月13日（水）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（話と調理実演）

☎電話（568-7729）か、ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」で。先着15人

催しもの

東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774

（休）（月）

●ひがし区アートファームきらり★邦楽「邦楽囃子 笛の魅力」

☎5月24日（土）14:00～16:00

☎篠笛・三味線などによる演奏会

¥2,000（当日2,500）円、学生500円（4月上旬から発売）



昨年度の様子

東区図書館

☎262-5522、☎264-2610

（休）（月）、30日（水）

●おはなし会

☎幼児～小学生と保護者

☎4月19日、26日（土）、11:00から

☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど

●おひざにだっこのおはなし会

☎乳幼児と保護者

☎4月9日、23日（水）、11:00から

☎絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌など

●展示「花いっぱい春いっぱい」

☎4月11日（金）まで

☎花の本や新生活関連本など、春を感じる図書の展示

福祉課

☎568-7730、☎568-7781

●高齢者配食サービス新規事業者の紹介

市では、昼食や夕食を配達し、安否確認を行う高齢者配食サービスを実施しています。4月1日（火）から、前年度からの継続事業者に加え、リマック（ジモストア戸坂新町店）によるサービスの提供が始まります。

☎おおむね65歳以上のみの世帯などで、虚弱で食事の調理が困難な高齢者

【利用料】1食514円など



犬の登録受け付けと狂犬病予防注射を実施します

生後91日以上の子犬は、市への登録と年1回の狂犬病予防注射が必要です。区では下の表の日程で巡回実施します。 ※雨天決行

期日	会場	時間
4/24（木）	原山グラウンド	10:05～10:15
	馬木第二公園	10:30～10:45
	馬木第五公園	11:00～11:15
	温品第六公園	11:30～11:50
6/25（水）	牛田公園	11:35～11:45
	不動院	13:00～13:10
	東浄公園	13:35～13:45
	戸坂大上第一公園	14:00～14:10

※登録手数料3,000円、注射済票交付手数料620円、予防注射料金2,550円から

☎動物愛護センター（☎243-6058、☎243-6276）

幼稚園が子育てを応援します（4・5月分）

☎幼稚園に通っていない乳幼児とその保護者 ※詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての幼稚園で実施



園名	電話番号	日時		内容／対象(制限ある場合)
(市立)		5/22(木)	9:30～11:00	にここらランド「歓迎会に参加しよう」「スタンプ遊びをしよう」／未就園児
温品	289-3758	5/23(金)～31(土) (28日は除く)	9:00～10:30	園庭開放
福木	899-2153	5/22(木)	9:30～11:30	「ふくちゃん広場にいらっしやい」「はじめの会をしよう」／未就園児
		5/28(水)		「好きな遊びをしよう」／未就園児
矢賀	282-8483	5/22(木)	9:30～11:30	わくわくランド「歓迎会、幼稚園で遊ぼう」
		5/28(水)		園庭開放「なかよし広場」
		5/30(金)		わくわくランド「4・5月誕生会」
(私立)		4/21(月) 5/12(月) 19(月) 26(月)	10:00～11:30	リトミック、絵本読み聞かせ、紙芝居、ドリンクタイムなど
安芸みのる	899-2364			
あやめ	221-3106	5/13(水) 20(火) 27(火)	9:30～11:00	親子オープンスペース「ましろぐみ」／未就園児
比治山大学 短期大学部 付属	229-5581	5/7(水)～ 30(金)	10:00～11:30	すくすく広場(園庭・保育室の開放)／未就園児
		5/8(木)		あかちゃんルーム(タッチケア＆遊び／歩くまでの赤ちゃん
		5/9(金) 12(月)		こいのぼりを作ろう(要予約)／未就園児
		5/13(水) 16(金) 20(火) 23(金)		こりすぐみ(要登録)／2歳児
JOHOKU こどもアカ デミー	229-0114	5/14(水) 15(木)	10:30～11:30	親子教室(バンビ教室)「親子で一緒に遊びましょう!」(HPより要予約)／未就園児
		5/22(木)		オープンスペース・園庭開放「親子で遊びましょう＆英語遊び」(HPより要予約)
広島女学院 ゲーンズ	228-6635	4/19(土)	9:30～11:30	ファミリーデー(園庭開放、HPより要予約)
		4/24(木) 5/9(金)	10:00～11:30	おさんぽ幼稚園(親子園庭開放、HPより要予約)／未就園児
		4/29(水)	10:00～11:30	オープンガーデン(親子園庭開放、HPより要予約)／未就園児
的場	261-1802	5/9(金) 30(金)	10:30～11:45	園庭のみの開放(雨天中止)
		5/23(金)		ホール・園庭の開放

※5月1日号には、区内の保育園の5月分と6月分の記事を掲載します

募集します

区で活躍するボランティア

●緑の案内人 東区緑のボランティアの会

区内の美しい自然に親しみ、大切にすることを一緒に考え、行動する人を募集します。

【主な活動内容】

・市民対象の自然観察会の開催（クラフト体験を含む）

・ハイキングコースの案内板・樹木名板の設置や保守活動

・毎月第1（木）18:30から行う定例会と、研修の実施（フィールド研修や被爆樹木巡りなど）

●歴史の案内人 二葉の里歴史の散歩道ボランティアガイド

二葉の里歴史の散歩道の神社や仏閣に興味があり、来訪者に対しておもてなしの気持ちで行動する人を募集します。

【主な活動内容】

・毎月28日の「ふたばの日」定期ガイドの実施

・月に1～3回程度の散歩道ガイドの実施

・毎月第3（木）の午後に開かれる定例会・研修会

¥交通費などの活動費用は全て自己負担

☎電話で、地域起こし推進課へ

☎☎568-7704、☎262-6986

