

くらしの中区版ガイド

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

7月の集団検診

①健康診査、②結核健診、③肺・大腸がん

※②はポイント対象外

①40歳以上の国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など、②今年度末で65歳以上の人、③今年度末で40歳以上の人(③は会社で受けられる人は除く)

日7月18日(金)9:30~11:30

場神崎会館

費③各400円

※③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健康保険証、マイナ保険証、資格確認書のいずれか

専門医による心の健康相談

心の不調で悩んでいる人や周りの人

日5月8日、22日(木)、13:30~15:00

場中保健センター

☎電話(504-2109)で、前日までに、同課へ。先着各日2人

栄養相談日

日5月9日(金)9:30~11:00(30分ごと)

管理栄養士による食生活の個別相談

場中保健センター

☎直接か電話で。先着3人

区精神保健福祉家族会「鯉城会」

心の病を抱える人の家族

日5月15日(木)13:30~15:30

場東区総合福祉センター

東区家族会との交流会(座談会)

☎電話(504-2109)で、5月14日(水)までに、同課へ

なかちゃん健康相談日

日5月23日(金)10:00~11:30(30分ごと)

場中保健センター

医師、管理栄養士、保健師による健康の個別相談

☎直接か電話で。先着3人

健康ウォーキング教室

日5月27日~6月10日(火)、10:00~12:00。全3回

場区スポーツセンター

☎講義、実技

【講師】広島大学大学院人間社会科学部教授・田中亮氏

☎電話で。先着30人

なかちゃん健康講座

日6月12日(木)10:00~12:00

場区地域福祉センター

☎講義「ロコモ&フレイル予防」、個別相談、健康測定会

☎直接か電話で。先着30人

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

被爆者健康診断

期日	時間	会場
5/7(水)	9:30~11:00	基町中央集会所
5/8(木)		国保会館(東白島町19-49)
5/26(月)		江波集会所

※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	時間	会場
5/7(水)	9:00~11:00	基町中央集会所
5/8(木)		国保会館
5/26(月)		江波集会所

被爆者子宮がん・乳がん検診

日5月8日(木)9:30~11:00
場国保会館
☎電話で

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118
休(火)、3日(祝)、5日(祝)、7日(水)

ちょこっと朗読会

日5月19日(月)10:00~11:00
場宮沢賢治作品の朗読

竹屋公民館

☎、☎241-8003
休(火)、3日(祝)、5日(祝)、7日(水)

アンガーマネジメントでよりよい関係づくり

日5月24日(土)10:00~12:00

家庭、職場、地域活動などで役立つ怒りのコントロール方法について学ぶ

【講師】キャリアフォーカス代表・棚多里美氏

☎直接か電話で。先着20人

こどもお茶教室

日小・中学生(保護者同伴の幼児も可)

日5月18日(日)14:00~15:00

茶道を通して日本の伝統文化に触れる 費100円

☎直接か電話で、5月17日(土)17:00までに。先着10人

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127
休(火)、3日(祝)、5日(祝)、7日(水)

中島の路上観察-おもしろ珍百景を探そう-

日18歳以上

日5月30日(金)9:00~12:00

場中島児童館

中島地域の散策をした後、各自が撮影した写真の「おもしろポイント」を発表する

【講師】空の下おもてなし工房代表理事・山崎学氏

☎直接か電話で、5月25日(日)までに。先着15人

舟入公民館

☎、☎295-5003
休(火)、3日(祝)、5日(祝)、7日(水)

よがん塾

日おおむね65歳以上

日5月23日(金)10:30~12:00

☎ひろしま紙芝居村による紙芝居「新井貞活物語」など
【講師】同村長・阿部頼繁氏
☎直接か電話で、5月22日(木)までに。先着30人

中区図書館 (JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447
休(月)(5日は除く)、7日(水)、30日(金)

えほんとわらべうた

日乳幼児と保護者

日5月16日(金)11:00から

絵本の読み聞かせとわらべ歌

おはなしワールド

日幼児・小学生と保護者

日5月17日(土)11:00から

絵本の読み聞かせなど

雑誌リサイクル

日市立図書館の利用登録者

日5月31日(土)①10:30、②11:30から

保存年限の切れた雑誌を①1人5冊まで、②冊数制限なしで無償譲渡

☎当日会場で、①10:15、②11:15から入場券を配布

コジマホールディングス 中区スポーツセンター

☎241-9355、☎241-9379
休(水)

なかスポげんキッズ

日来年度小学生になる幼児

日5月20日(火)16:15~17:15

小学校入学前の体力づくりプログラム。いろいろな用具を活用した運動遊びで体を動かし、運動神経の発達を目指す 費500円

☎5月1日(水)9:00から、直接か電話で。先着14人

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231
休(水)

スタイルアップ! ヨガ

日18歳以上

日6月5日~26日(木)、10:00~11:00

美姿勢作りを目指す 費各700円

☎5月1日(水)9:00から、直接か電話で。先着各日12人

子育て

地域支えあい課

☎504-2109、☎504-2175

5月の乳幼児の健康相談室

期日	時間	会場
5/9(金)	9:30~11:00	竹屋公民館
5/12(月)		舟入公民館
5/13(火)	13:30~15:00	中保健センター
5/14(水)	9:30~11:00	吉島公民館
5/16(金)	10:00~11:30	中央公民館
5/21(水)	9:30~11:00	本川児童館

母子健康手帳。身長・体重測定を希望する人はフェイスタオル

離乳食教室(スタート編)

日4~6カ月の乳児の保護者

日5月20日(火)10:00~11:30

場中保健センター

離乳食の進め方など。教室の他に管理栄養士による離乳食に関する電話相談も実施

☎アプリ「母子モ」か電話(504-2528)で、同課へ。先着20人

助産師による卒乳講座

日6月6日(金)10:00~11:00

場中保健センター

講義「ママのための卒乳講座」、栄養士によるミニ講座、触れ合い遊び

☎アプリ「母子モ」か電話で。先着20組

子育てオープンスペース

日0歳~未就園児のこどもと保護者が気軽に集い、交流できる場。

詳しくは市HPで

※開催については、各連絡先に問い合わせを



♪花と緑で彩る

なかちゃん音楽の輪 今月のイベント情報♪

Go! Go! キッズ フェスタインシャレオ

日5月5日(祝)11:00~16:00

場紙屋町シャレオ中央広場

ダンスや音楽のステージ、ワークショップなど

場地域起こし推進課(☎504-2546、☎541-3835)



募集

地域のまちづくりに貢献している人や団体

区内で自主的な活動により地域のまちづくりに貢献している人や団体を表彰します。皆さんの地域で清掃活動や防犯・防災活動など、地域のために頑張っている人・団体を推薦してください。

※受賞者は審査の上、決定。自薦、他薦は問いません

【応募方法】所定の申込書で、6月30日(月)(必着)までに、区政

調整課へ。申込書は、同課で

☎504-2543、☎541-3835



▲令和6年度表彰式の様子

保育園・幼稚園などの子育て支援事業

保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。電話での育児相談も受けます。お気軽にお越しください。

場各保育園・幼稚園など ※は予約が必要



園名	電話番号	日時(5月)	内容など
基町	221-5303	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
竹屋	241-1860	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
吉島	243-0022	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
本川	292-4470	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
神崎	231-7831	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
舟入	232-3698	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
江波	231-7934	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
江波第二	292-8166	15日(水) 9:30~11:00	全園一斉園庭開放
ゆりかご	241-6989	毎週(水) 10:00~12:00	園庭開放
報恩	231-5439	10日(土) 10:00~11:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
中島	241-7775	15日(水) 9:30~11:30	園庭開放
広島YMCA	227-2884	10日(土) 10:00~15:00	育児面接相談(心の問題と発達について)
ルーテル	241-2479	15日(水) 10:00~11:00	リズムを楽しもう※(5組)
真和	231-9718	15日(水) 9:30~11:00	園庭開放
千田	243-2766	13日(火) 10:30から	こどもひろば(エプロンシアターを見よう)※(5組)
ともえ	228-6088	10日(土) 10:00~11:00	園庭開放
リトルメイト	244-2525	15日(水) 10:00~11:00	園庭開放(ウッドデッキで遊ぼう)※(5組)
りらっくす白島	225-7572	20日(火) 10:00~11:00	ベビーマッサージ※(5組)
りらっくす十日市	961-4570	23日(金) 10:00~11:00	リトミックをしよう※(5組)
りらっくす竹屋	207-1821	21日(水) 10:00~11:00	親子でベビーマッサージを楽しもう※(5組)
クローバー	240-0788	15日(水) 10:00~11:00	園庭開放※(3組)
ちゃいりどふれんどりい	541-2162	15日(水) 10:00~11:00	園庭開放及び育児相談※(2組)
かがやき	225-7205	30日(金) 10:00~11:00	絵本の世界※(3組)
順正寺	241-7062	毎週(水) 10:00~11:00	室内・園庭で遊ぼう 水筒
流川	221-5493	10日(土) 9:30~11:30	オープンハウス(こども園で遊ぼう)
栄光	231-4468	15日(水) 9:30~11:00	園庭開放(雨天中止)
吉島	244-2225	15日(水) 9:30~11:00	園庭開放(雨天中止)
かおる	291-0321	15日(水) 10:00~11:00	園庭開放
安田	221-2763	17日(土)、28日(水)、31日(土)	園庭開放※予約はHPで
聖母	221-3207	22日(水) 11:15から	「たんぽぽ組」に遊びにおいでよ! ※
広島中央	246-4094	12日(月) 10:00~11:00	電話による育児相談
広島三育学院	241-3010	19日(月) 10:00~11:00	園庭で色水遊び(雨天時室内)
たちばな	243-5174	22日(水) 9:30~11:00	園庭開放(雨天中止)
慈光	241-8059	17日(土)(雨天時18日(日))	かけっこ-ゴールインして金メダル 0~2歳