

くらしのガイド

中区版

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

■各種健診・検診

①健康診査、②結核健診、③肺・大腸がん、④胃がん(X線)、⑤子宮頸がん、⑥乳がん

※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、③④今年度末で40歳以上の人、⑤20歳以上の女性、⑥今年度末で40歳以上の女性(③～⑥は会社で受けられる人は除く)

¥③各400円、④1,100円、⑤1,000円、⑥1,500円

※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健康保険証、マイナ保険証、資格確認書のいずれか

※8月以降は健康保険証は不可

☎④～⑥市HPか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)で

●集団検診

①～④が受診できます。

☎9月29日(月)9:00～11:00

☎広瀬集会所

●ミニ人間ドック

①～⑥が同時に受診できます。

☎9月22日(月)9:00～11:30

☎国保会館

■エイズ・梅毒検査・相談

☎7月2日～30日の(水)、9:00～11:00

☎中保健センター

☎結果は20分程度で判明

☎市HPか電話で

■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

☎7月10日、24日の(木)、13:30～15:00

☎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

☎7月11日(金)9:30～11:00(30分ごと)

☎中保健センター

☎管理栄養士による食生活の個別相談

☎直接か電話で。先着3人

■区精神保健福祉家族会「鯉城会」

☎心の病気を抱える人の家族

☎7月17日(木)13:30～15:30

☎西区地域福祉センター

☎西区精神保健福祉家族会座談会「どんな場面でオープンダイアログを使っていた?」

☎電話(504-2109)で、7月16日(水)

までに、同課へ

■なかちゃん健康相談日

☎7月18日(金)10:00～11:30(30分ごと)

☎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

■依存症対策講演会

☎8月21日(木)14:00～16:00

☎区地域福祉センター

☎講演「ネット・スマホとの付き合い方-こどもの脳の発達との関係性-」

【講師】よこがわ駅前クリニック院長・加賀谷有行氏

☎アプリ「母子モ」か直接、電話で、地域支えあい課へ。先着50人

☎☎504-2109、☎504-2175

■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

7/18(金) 9:30～ 神崎会館

8/1(金) 11:00 舟入公民館

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者胃がん・肺がん検診

☎8月1日(金)9:00～11:00

☎舟入公民館

■催し

■中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

☎(火)、21日(祝)

■ちょこっと朗読会

☎7月14日(月)10:00～11:00

☎身近に伝わる不思議で奇妙な話(佐田虫、ゆうれい岩など)

■竹屋公民館

☎☎241-8003

☎(火)、21日(祝)

■原爆慰霊碑めぐり

☎小学生以上(小学生は保護者同伴)

☎8月2日(土)9:00～11:00

【集合場所】原爆ドーム前

☎本川地区周辺の原爆慰霊碑を訪ねて歩く

☎7月2日(水)から、直接か電話で。先着20人

■吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

☎(火)、21日(祝)

■ピーストーク&コンサート-平和への思いを紡ぐ-

☎7月30日(水)14:00～16:00

☎被爆体験講話と千田パンフルート合唱隊(小学生～高校生)による平和への思いを込めたコンサート

【講師】被爆体験証言者・梶本淑子氏

☎直接か電話で、7月2日(水)9:00～28日(月)17:00に。先着60人

■舟入公民館

☎☎295-5003

☎(火)、21日(祝)

■かんざき塾

☎7月19日(土)10:30～12:00

☎神崎会館

☎ドイツのピアニスト「ヴィルヘルム・ケンプ」の平和への願いと被爆者への思いを学ぶ

【講師】クラシック音楽愛好家・三好史久氏

☎7月4日(金)から、直接か電話で。先着25人

■中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

☎(月)(21日は除く)、1日(火)、2日(水)、22日(火)、31日(木)

■えほんとわらべうた

☎乳幼児と保護者

☎7月18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

☎幼児・小学生と保護者

☎7月19日(土)11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

■図書館であそぼう「おりづるでポップアップカードを作ろう!」

☎小学生(保護者同伴可)

☎7月26日(土)①14:00、②15:15から

☎7月1日(火)9:00から、直接か電話、ファクスで。先着各10人

■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

☎(水)

■なかスポげんキッズ(年長コース)

☎来年度小学生になる幼児

☎7月15日(火)16:15～17:15

☎体操や柔軟運動などを行い、基礎体力作りを目指す

【講師】JMFAインストラクター・山重絵梨氏 ¥500円

☎直接か電話で。先着14人

■ナイト!バレトン

☎18歳以上

☎7月18日(金)19:00～20:00

☎フィットネスやバレエ、ヨガの動きを曲に合わせながら行う新感覚エクササイズ

【講師】エアロビクスインストラクター・中村則子氏 ¥500円

☎直接か電話で。先着20人

■親子で一緒に!スポーツあそび

☎2～4歳の幼児と保護者

☎7月20日(日)9:30～10:30

☎親子で楽しめる運動遊び体験会 ¥500円/組

☎直接か電話で。先着20組

■吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

☎(水)

■スタイルアップ!ヨガ

☎18歳以上

☎7月3日～31日の(木)、10:00～11:00

☎美姿勢作りを目指す ¥700円

☎直接か電話で。先着12人

■整えよう!からだバランス

☎18歳以上

☎8月5日、19日、26日の(火)、10:00～11:00

☎体のゆがみを整え、動ける体作りを目指す ¥各700円

☎7月1日(火)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

■乳幼児の健康相談室

期日 時間 会場

7/11(金) 9:30～11:00 竹屋公民館

7/14(月) 9:30～11:00 舟入公民館

7/16(水) 9:30～11:00 本川児童館

7/18(金) 10:00～11:30 中央公民館

■行政困りごと相談所

☎7月9日(水)13:30～16:00

☎舟入公民館

☎行政相談委員による行政(道路、河川、社会福祉、登記、電波、通信など)への不満・要望に関する個別相談

☎当日会場で。先着順

☎総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

■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)

☎4～6カ月の乳児の保護者

☎7月22日(火)10:00～11:30

☎中保健センター

☎離乳食の進め方の話や実演など

☎アプリ「母子モ」か電話(504-2528)で、同課へ。先着20人

■子育てオープンスペース

☎未就園児と保護者が気軽に集い、交流できる場。詳しくは区HPで

※開催については、各連絡先に問い合わせを

■歯科相談日

☎20歳以上

☎7月10日(木)13:30～15:30(15分ごと)

☎中保健センター

☎歯科医師による歯科健診、個別相談、歯科衛生士による歯みがき指導

☎直接か電話で、地域支えあい課へ。先着8人

☎☎504-2528、☎504-2175

■保育園・幼稚園などの子育て支援事業

保育園・幼稚園など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。

☎各保育園・幼稚園など ※は予約が必要

|      | 園名          | 電話番号     | 日時(7月)               |             | 内容など                                  |
|------|-------------|----------|----------------------|-------------|---------------------------------------|
| 保育園  | 基町          | 221-5303 | 12日(土)               | 10:00～11:00 | サタデー広場                                |
|      | 竹屋          | 241-1860 | 18日(金)               | 10:00～11:00 | 夏のおそびをしましょう                           |
|      | 吉島          | 243-0022 | 12日(土)               | 10:00～11:00 | サタデー広場                                |
|      | 本川          | 292-4470 | 11日(金)               | 10:00～11:00 | 夏のおそびを楽しもう                            |
|      | 神崎          | 231-7831 | 12日(土)               | 10:00～11:00 | サタデー広場                                |
|      | 舟入          | 232-3698 | 12日(土)               | 10:00～11:00 | サタデー広場                                |
|      | 江波          | 231-7934 | 18日(金)               | 10:00～11:00 | 夏のおそびを楽しもう                            |
|      | 江波第二        | 292-8166 | 12日(土)               | 10:00～11:00 | サタデー広場                                |
|      | ゆりかご        | 241-6989 | 23日(水)、30日(水)        | 10:00～12:00 | うちわ作り※(5組)                            |
|      | 報恩          | 231-5439 | 19日(土)               | 10:00～12:00 | わかばママ・パパ応援教室※(3組)                     |
|      | 中島          | 241-7775 | 9日(水)                | 9:30～10:30  | 園庭開放(みずあそびを楽しもう!)※(3組)                |
|      | 広島YMCA      | 227-2884 | 9日(水)                | 10:00～12:00 | 集いの広場※                                |
|      | ルーテル        | 241-2479 | 16日(水)               | 10:00～11:00 | 親子でセルフケア※(5組)                         |
|      | 真和          | 231-9718 | 7日(月)                | 10:00から     | 七夕会に参加しよう※(5組)                        |
|      | 千田          | 243-2766 | 8日(火)                | 10:30から     | 親子でふれあい遊び※(5組)                        |
|      | ともえ         | 228-6088 | 5日(土)                | 10:00～11:00 | 手形アートを楽しもう!※(7組)                      |
| いこも園 | りらっくす白鳥     | 225-7572 | 7日(月)                | 10:00～11:00 | 七夕会においで※(5組)                          |
|      | りらっくす十日市    | 961-4570 | 18日(金)               | 10:00～11:00 | 人形劇を観よう※(5組)                          |
|      | りらっくす竹屋     | 207-1821 | 16日(水)               | 10:00～11:00 | ミニミニ夏祭り※(5組)                          |
|      | りらっくす舟入     | 208-5600 | 18日(金)               | 10:00～11:00 | 水遊び、感触遊び※(5組)                         |
|      | ちゃいるどふれんどりい | 541-2162 | 7日(月)                | 10:00～11:00 | 七夕お楽しみ会※(2組)                          |
| 幼稚園  | かがやき        | 225-7205 | 7日(月)                | 10:00～11:00 | 七夕会に参加しよう※(3組)                        |
|      | 順正寺         | 241-7062 | 10日(水)、24日(水)、31日(水) | 10:00～11:00 | 室内・園庭で遊ぼう<br>園水筒、着替え                  |
|      | 流川          | 221-5493 | 24日(水)               | 10:00～11:00 | わらべ歌、ベビーマッサージ※(5組)                    |
|      | 栄光          | 231-4468 | 17日(水)               | 10:00～11:30 | 水遊び(雨天:ボールであそぼう!)※                    |
|      | 吉島          | 244-2225 | 8日(火)                | 10:15～11:15 | 園庭開放・園内自由参観(雨天:園庭開放のみ中止)              |
| 幼稚園  | かおる         | 291-0321 | 17日(水)               | 10:00～11:00 | 園庭開放                                  |
|      | 安田          | 221-2763 | 26日(土)               | 10:00～11:30 | 幼稚園で遊ぼう※ 園2歳                          |
|      | 聖母          | 221-3207 | 10日(水)               | 11:15から     | たんぽぽ組に遊びにおいでよ<br>園2023年4月2日以降に生まれた子ども |
|      | 広島中央        | 246-4094 | 7日(月)                | 10:00～11:30 | 電話による育児相談                             |
|      | たちばな        | 243-5174 | 26日(土)               | 9:30～11:00  | いっしょに遊ぼう!オープンデー!※                     |
| 幼稚園  | 慈光          | 241-8059 | 11日(金)               | 9:30～10:30  | 夏祭り お買物を楽しもう!<br>園1・2歳                |
|      | 基町          | 228-3888 | 10日(水)               | 9:30～11:30  | 好きな遊び、夏祭り<br>7・8月誕生会                  |