

くらしの西区版ガイド

子育て

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■離乳食教室スタート編
☎4〜6カ月児の保護者（こども同伴可）
☎7月25日（金）10:00〜11:30
☎区地域福祉センター
☎離乳初期を中心とした離乳食の進め方（話・調理実演、相談）
☎電話かアプリ「母子モ」で。先着15組

地域子育て支援センター

☎503-6288 ☎294-6113

■子育てに関するオンライン講座
☎7月18日（金）13:30〜14:30
☎卒乳の方法とおっぱいのケア
☎区HPで、7月16日（水）までに

健康

生活課

☎294-6109 ☎294-6311

■献血にご協力を

日	会場	時間
7/6日	己斐上公民館	13:30〜16:00

原爆被害対策部援護課

☎504-2195 ☎504-2257

■被爆者健康診断

日	会場	時間
7/7月	楠木会館	9:30〜11:00
7/14月	己斐集会所（己斐本町会館）	
7/25金	南観音公民館	
7/28月	田方集会所	

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者がん検診

胃がん・肺がん検診	日	会場	時間
	7/7月	楠木会館	9:00〜11:00
	7/25金	南観音公民館	

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■栄養相談日
☎7月8日（火）9:30〜11:30
☎区地域福祉センター
☎管理栄養士による食生活の個別相談
☎電話（294-6235）で。先着4人
■認知症の人と家族の会
☎7月9日（水）13:00〜15:00
☎区地域福祉センター
☎日頃の介護の悩みを話し合う座談会・勉強会
☎電話（294-6289）で
■健康づくり講座
☎7月12日（土）14:00〜15:30
☎区地域福祉センター
☎楽しく健康的なお酒との付き合い方
☎電話（294-6384）で。先着40人

■ひまわり会（心の病気を抱える人の家族の会）
☎7月17日（木）13:30〜15:30
☎区地域福祉センター
☎座談会や学習会で悩みを語り合い、理解を深め合う
☎電話（294-6384）で
■精神科医師による心の健康相談
☎7月24日（木）13:30〜15:00
☎区地域福祉センター
☎不眠や対人関係、物忘れなど
☎電話（294-6384）で、7月22日（火）までに。先着3人
■エイズ相談・抗体検査
☎7月29日までの（火）、9:00〜11:00
☎区地域福祉センター
☎エイズに関する個別相談、抗体検査を匿名で実施
※肝炎・梅毒検査も同時に受診可
☎市HPか電話（294-6235）で。先着5人

■①健康診査（特定健康診査、後期高齢者の健康診査など）、②肺がん・大腸がん検診、③結核健康診断、④骨粗しょう症検診
☎今年度末で①②40歳以上、③65歳以上、④受診時に40歳以上で5歳刻みの男性、20歳以上で5歳刻みの女性

日	会場	時間
7/7月	楠木会館	9:00〜11:00
7/14月	己斐集会所（己斐本町会館）	9:30〜11:30
7/25金	南観音公民館	9:00〜11:00
7/28月	田方集会所	9:30〜11:30

※いずれも会社などで健診・検診を受けられる人を除く
¥②各400円、④1,000円

☎当日会場で

■胃がん検診
☎今年度末で40歳以上

日	会場	時間
9/3水	山田地区集会所	9:00〜11:00
9/17水	庚午北集会所	

¥1,100円
☎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

弁護士による法律相談会

遺産相続や借金、離婚に伴う養育費や親権問題について、相談会を実施します。

☎ひとり親家庭の親、寡婦
☎7月15日（火）14:00〜17:00 ☎区地域福祉センター
☎直接か電話で、福祉課へ。先着4人
☎☎294-6342、☎294-6311

ダニ類が媒介する感染症に注意しましょう

ダニ媒介感染症とは、病原体を保有するダニに刺されることによっておこる感染症のことです。特にマダニの活動が盛んな春から秋にかけては、マダニに刺される可能性が高まります。草むらややぶなどに入る場合は、次の対策をしましょう。

①虫よけスプレーを使用する
②長袖・長ズボン、足を完全に覆う靴、帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻くなど肌の露出を少なくする
☎地域支えあい課（☎294-6235、☎294-6113）

人は☎504-2258）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
☎受診券、健康診査を受診する人はマイナ保険証、健康保険証、資格証明書のいずれか
※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歳以上の方は医療機関や市健康づくりセンターでは、胃内視鏡検査を選択可。詳しくは電話（294-6235）で

催し

コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ☎295-9287
（休月（21日は除く）、22日（火）、31日（木））

■えほんくらぶ
☎乳幼児と保護者
☎7月11日（金）11:00から
☎乳幼児のための絵本の読み聞かせなど
■おはなしキャンドル
☎幼児以上
☎7月12日（土）11:00から
☎昔話やわらべ歌など
■おはなし会
☎幼児と小学生
☎7月26日（土）11:00から
☎絵本の読み聞かせなど
■みんなで工作
☎小学生
☎7月26日（土）13:00〜15:00
☎区民文化センター
☎自分だけの「ビュンビュンごま」を作って遊ぼう
☎直接か電話、ファクスで。先着20人
■えほんをつくろう！
☎小学生（1〜3年生は保護者同伴）
☎8月1日、8日の（金）、10:00〜12:00。全2回
☎区民文化センター
☎絵本の作り方を学び、実際に絵本を手作りする
☎直接か電話、ファクスで。先着15人

■テーマ別図書の展示

テーマ	期間
作ってみよう（幼児・児童向け）	7/30（水）まで
防災・減災を考える（一般向け）	

コジマホールディングス 西区民文化センター

☎234-1960 ☎293-1860
（休月（21日は除く））

■「こども工作教室」参加者募集
☎小学生
☎7月27日（日）10:00〜11:30、13:

"社会を明るくする運動" 街頭啓発セレモニー

犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、力を合わせて犯罪や非行のない安全で安心な明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

☎7月6日（日）10:30〜11:30
☎アルパーク東棟 時計の広場
☎内閣総理大臣メッセージ伝達式、広島ジュニアマリンパアンサンブルによる演奏ほか
☎広島・西区更生保護サポートセンター（☎208-1217）

区の魅力と活力向上推進事業補助金を募集します（第2次）

【募集内容】下の四つのいずれかのテーマに基づき、3人以上で構成する団体が主体的・継続的に取り組む活動

①地域資源を活用したまちづくり
②にぎわいのあるまちづくり
③元気アップを目指したまちづくり
④安全・安心で美しいまちづくり

【補助内容（初年度）】補助率（3分の2以内）、補助限度額（100万円）
☎所定の申込書で、7月18日（金）（必着）までに、地域起こし推進課へ
☎☎532-0927、☎232-9783

西区フレイルチェック活動 特別企画 フレイル予防セミナー

加齢とともに心身の機能が低下した、「健康」と「要介護」の間の状態のことを「フレイル」といいます。人生100年時代を元気に乗り切るためのフレイル予防の秘訣について話をさせていただきます。（要約筆記・手話通訳あり）

☎7月15日（火）14:00〜16:00（開場13:15）
☎区民文化センター
【講師】東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢氏（右上写真）
☎区HPか電話で、7月8日（火）までに、地域支えあい課へ。先着500人
☎☎294-6235、☎294-6113

区役所4階元気じゃけん食堂 健康相談会&測定会

毎月19日は「わ食の日」です。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」（560円、数量限定先着順）を提供します。また、今月は医師や管理栄養士、保健師との個別の健康相談会と骨密度測定会（受け付けは12:30〜13:00）も併せて実施します。

☎7月23日（水）12:00〜13:30
☎地域支えあい課（☎294-6235、☎294-6113）

ニュースポーツ大会

☎区内に在住で、来年度60歳以上（昭和42年4月1日以前生まれ）の人

種目	フロアカーリング	クロリティ※
チーム編成	1チーム3人	1チーム2人
参加費	1チーム1,800円	1チーム1,200円

※輪投げ競技の一種
☎8月22日（金）12:30〜16:00
☎西区スポーツセンター
☎往復はがきで、チーム名、代表者・参加者の氏名、住所、生年月日、電話番号、参加種目を、7月31日（木）（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
☎☎、☎233-2929

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

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。

☎0〜2歳児と保護者
☎（月）〜（金）の10:00〜15:00
☎区地域福祉センター
☎地域子育て支援センター（☎503-6288、☎294-6113）