

# くらしのガイド 南区版

## 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、資格確認書類(マイナ保険証など)が必要です  
※生活保護世帯、市税非課税世帯、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の人は、マイナ保険証、資格確認書類を持参した人は無料です

### 集団検診

- ①健康診査、②肺がん検診、③大腸がん検診、④骨粗しょう症検診、⑤結核診断、⑥胃がん検診(X線検査)

※⑤はポイント対象外

①~③今年度末で40歳以上(①国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、②③会社などで受診可能な人は除く)、④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、⑤今年度末で65歳以上、⑥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
12/22(月)	区役所別館	9:00~11:00
12/24(水)	仁保公民館	

②③各400円、④1,000円、⑥1,100円

※大腸がん検診は、事前にがん検診受診券に同封のはがきで採便容器の請求を

### ⑦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日でできます。

①~⑥は上記参照

期日	会場	時間
12/5(金)	区役所別館(託児あり)	9:00~11:30

⑦400円~5,400円(検診の種類により異なります)

①~⑤当日会場。⑥⑦は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できます。詳しくは市HPをご覧ください

### 市HP ページ番号 1003186

### 健康相談(予約制)

医師、管理栄養士、保健師に相談可能。

☎10月15日(水)9:30~10:30

区役所別館

☎電話(250-4108)かファクスで

### 精神保健福祉家族学習会

☎10月14日(火)14:00~16:00

区役所別館

☎統合失調症など心の病気についての話

【講師】こころホスピタル草津副院長・矢田博己氏

☎電話(250-4133)で

### エイズ相談・HIV検査(予約制)

☎毎週(火)9:30~11:00

区役所別館

☎匿名、無料で検査可 ※肝炎、梅毒検査を同時に受診可

☎電話(250-4108)かファクスで

### 市HP ページ番号 1022693

### 認知症の人と家族の交流会

☎10月17日(金)13:30~15:00

区役所別館

☎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

☎憂鬱、不眠、飲酒、認知症などで悩んでいる人や周りの人

☎10月16日、11月6日(木)、13:30~15:00

区役所別館

☎前日の12:00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
10/12(日)	似島公民館	9:30~11:00
10/27(月)	南蟹屋集会所	

※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
10/12(日)	似島公民館	9:00~11:00

### 被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
10/29(水)	仁保公民館	9:30~11:00

※子宮がん・乳がん検診は予約制

## 子育て

### 地域支えあい課

☎250-4133、☎254-4030

### 離乳食教室-スタート編-

離乳食に関する相談に管理栄養士が対応。

※電話相談はいつでも可

☎生後4~6カ月児の保護者

☎10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

### おっぱいバイバイ講座

☎乳幼児とその保護者

☎10月20日(月)13:30~14:30

区役所別館

☎卒乳についての話

【講師】助産師・高島麻季氏

☎区HPか電話で

## 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

☎10月9日(木)10:30~12:00(受け付けは11:30まで)

区役所別館

☎福祉サービス利用に対応

☎電話かファクスで

### 南区図書館

☎251-1080、☎252-4120  
休(月)(13日は除く)、14日(火)

【薩摩琵琶で楽しむ古典文学の世界パート9】

☎10月25日(土)13:00~15:00

区民文化センター

☎薩摩琵琶の響きと語りにより、古典文学の世界を楽しむ

【講師】辻山錦堂氏

☎10月1日(水)9:00から窓口か電話、ファクスで。先着70人

【南区図書館・県立広島大学連携公開講座 読み切り文学講座】

☎高校生相当年齢以上

☎①10月17日、②24日(金)、10:00~11:30

区民文化センター

☎①ノーマン・マクリーン『マクリーンの川』を読む

【講師】県立広島大学・栗原武士氏

②三島由紀夫『潮騒』を読む-「小説」の奥行-

【講師】県立広島大学・福田涼氏

☎10月1日(水)9:00から窓口か電話、ファクスで。各回先着40人

### 南区民文化センター

☎251-4120、☎256-8811  
休(月)(13日は除く)

### 話芸に親しむパート146

☎10月11日(土)14:00開演

☎落語や漫談に親しむ

☎前売り700円、当日1,000円

※小学生無料、未就学児入場不可  
☎区民文化センターHP

### 被爆者健康教室

☎被爆者健康手帳を持っている人(付き添いの人も参加可能)

☎11月6日(木)10:30~12:30

区役所別館

☎調理実演の見学と試食

【講師】すこやか食生活推進リーダー・山根瑞穂氏

☎500円(1人)

☎10月31日(金)までに電話かファクスで。先着15人

☎地域支えあい課(☎250-4108、☎254-4030)

### 行政書士による無料法律手続相談会

☎10月25日(土)10:00~18:00

☎相続、遺言書の作成、後見人制度、事業の許認可などについて相談に対応

☎イオンモール広島府中

☎当日会場か電話、ファクスで事前に申し込み(午後のみ予約可能)

☎園行政書士会広島支部(☎836-7816、☎836-7817)

### 広島脳卒中市民シンポジウム

☎10月26日(日)14:00~16:00

☎患者と家族を支える最新情報

【講師】広島赤十字・原爆病院 脳神経外科医・露口冨氏など

☎JMSアステールプラザ 園広島大学脳神経外科(☎257-5225、☎257-5229)

### + 400mL献血にご協力を +

日付	会場	時間
10/10(金)	ヤマヤマミタ(出汐2-3-29)	13:00~16:00
10/11(土)	ゆめタウン広島	10:00~12:00 13:30~16:00
10/23(水)	荒神町小学校	13:00~16:00

☎園生活課(☎250-4103、☎254-9184)

## 第14回 ウォークラリー IN 元宇品

☎市内に在住の人(2~6人の家族かグループ)

☎11月3日(祝)9:15~13:00(8:45から受け付け)

※雨天決行、荒天の場合は中止

☎園日みなと公園(広島港松山行きフェリー乗り場前)

☎元宇品の海岸線や山中を散策しながら、クイズやゲームに挑戦する(灯台見学、健康相談などあり)

☎中学生以上200円、小学生100円

☎はがきかファクスで、代表者の氏名とふりがな、住所、電話番号、参加者全員の氏名とふりがな、年齢(学校名と学年)を10月16日(木)(必着)までに、南区スポーツ推進委員協議会(〒734-0032 南区楠那町7-31 南区スポーツセンター内)へ。抽選50組  
☎☎251-7741、☎251-7741 休(火)

## 家族介護教室・家族介護者交流会

介護に関する知識や技術、介護者の健康管理を学びます。  
☎高齢者を介護している家族や近隣の援助者 ☎⑤1,000円

日時	場所	内容
① 10月4日(土) 10:30~11:30	広島和光園	見てみよう!使ってみよう!福祉機器 【講師】福祉用具専門相談員・高田樹氏
② 10月9日(木) 13:30~15:00	光清学園	口腔ケアに関するエトセトラ 【講師】歯科衛生士・磯田操氏
③ 10月20日(月) 10:00~11:00	似島公民館	骨を元気に!いきいき生活! 【講師】管理栄養士・若松巳奈子氏
④ 10月22日(水) 13:30~15:30	サンシャイン南蟹屋	在宅介護における福祉用具選びについて 【講師】福祉用具専門相談員・塩満貴大氏
⑤ 10月29日(水) 11:00~13:00	グランドプリンスホテル	【家族介護者交流会】忘れても愛して。認知症に寄り添う社会を目指して 【講師】認知症アドバイザー・伊達貴洋氏

☎①広島和光園(☎252-8070)・先着30人、②光清苑(☎252-0588)・先着30人、③広島平和養老館(☎259-2709)・先着20人、④サンシャイン南蟹屋(☎508-1321)・先着50人、⑤でじま・くにくさ(☎256-9293)・先着50人  
☎地域支えあい課(250-4109、☎254-4030)

## 保育園・幼稚園に遊びに来てください(10月分)

☎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	日時	内容
荒神	262-6983	16(木) 10:00~11:00	体を動かして遊ぼう
大州	286-4554	24(金) 10:00~11:00	体を動かして遊ぼう
青崎	281-2493	30(木) 10:00~11:00	★一緒に遊ぼう(絵本など)
皆実	253-9415	16(木) 10:00~11:00	★体を動かして遊ぼう
大河	251-4894	21(火) 10:00~11:00	★園庭開放
仁保新町	282-4778	15(水) 10:00~11:00	ゴーゴー保育園!一緒に遊ぼう
仁保	281-1539	16(木) 10:00~11:00	ハロウィングッズを作ろう
楠那	251-6843	11(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
宇品東	254-1600	7(火) 10:00~11:00	体を動かして遊ぼう
元宇品	251-2709	18(土) 10:00~11:00	★サタデー広場
出島	254-6319	24(金) 10:00~11:00	★体を動かして遊ぼう
似島	259-2131	18(土) 10:15~11:15	★サタデー広場
うじな	251-4833	6(月) 10:00~11:00	★お月見会

みみょう 282-6366 (金) 10:00~12:00  
主に発達を促す遊びと発達相談、園開放、保育講座、誕生会などのイベント参加

第二みみょうこども園	283-0900	(月)・(水) ※13(祝)は除く	10:00~12:00	管理栄養士による栄養相談、健康相談、身体計測、園開放、保育講座などのイベント参加
段原みみょう	568-8330	(火)・(木)	10:00~12:00	
日出みみょう	569-4455	25(土)	10:00~12:00	★廃材を使って遊ぼう
認定こども園和光保育所	253-4056	25(土)	10:00~12:00	★うえるかむでい
ナーガ	255-8222	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	21(火)	10:00~11:00	★青空管合奏団 ※車での来園不可
アイグラン保育園仁保	258-1220	4(土)	10:00~11:00	★手と足形アート(ハロウィン)、離乳食、給食試食会
りらくす段原	225-7202	31(金)	10:00~10:45	★ハロウィン会

幼稚園名	電話	日時	内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせください	園庭開放
安芸	251-0451	30(木) 10:00~11:30	★園庭開放
あさひ	254-2153	25(土) 10:00~10:30 10:30~11:00	わらべ歌とお話し会
大洲	281-0403	30(木) 9:00~10:30	園庭開放、遊び広場
こうわ	890-2226	23(木) 10:00~11:30	★園庭開放
清美	281-0477	21(火) 10:30~11:30	園庭開放、親子ふれあい広場(詳細はHPで)
谷の百合	251-6351	15(水) 9:30~10:30	園庭開放、絵本、歌遊び、育児相談
比治山	261-3526	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	20(月) 9:30~10:30	★親子体操
フレーザー	251-6865	9(木) 9:00~10:30	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	15(水) 10:00~11:30	読み聞かせ、製作
みみょう	261-5330	(火)・(木) 10:00~12:00	園内開放、手作り遊び、育児相談ほか
洋光	281-5900	29(水) 8:30~12:00	園庭開放、コアラの会(11:15~12:00)