

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)

②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(③④会社で受けられる人は除く)

☎12月19日(金)9:00~11:00

☎基町中央集会所

☎③各400円、④1,100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、後期高齢者医療資格確認書を持参した人は無料
☎受診券、①マイナ保険証、資格確認書のいずれか
☎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

エイズ・梅毒検査・相談

☎10月8日~29日(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

☎10月9日、23日(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。

☎各日先着2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

☎10月16日(木)14:00~16:00

☎区地域福祉センター

☎オーパングアイアログを学ぶ

☎電話(504-2109)で、10月15日(水)までに、同課へ

区ケアメンの会

☎男性介護者

☎10月24日(金)11:00~14:00

☎悠悠タウン江波看護小規模多機能型施設

☎「かんたん料理教室」、講義「水分補給の工夫について」

☎500円

☎電話(296-4880)で、10月23日(木)までに、特別養護老人ホーム悠々タウン江波へ

なかちゃん健康講座

☎区内に在住の人

☎10月20日(月)10:00~11:45

☎区地域福祉センター

☎テーマ「あなたの肺は大丈夫? - 咳や息切れは病気のサインかも -」

☎電話で、同課へ。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

☎10月10日(金)9:30~11:00

☎吉島福祉センター

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者胃がん・肺がん検診

☎10月10日(金)9:00~11:00

☎吉島福祉センター

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

☎(火、13日祝)

ちょこっと朗読会

☎10月20日(月)10:00~11:00

☎小学校の教科書に載っている作品

竹屋公民館

☎、☎241-8003

☎(火、13日祝)

竹屋いきいき楽習塾-秋の薬膳料理-

☎成人

☎10月19日(日)10:00~13:00

☎心と体をいたわる「薬膳料理」を作る

【講師】市すこやか食生活推進リーダー・桑原愛子氏 ☎700円

☎直接か電話で、10月15日(水)までに。先着16人

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

☎(火、13日祝)

エコロジーマーケット-環ッハッパinよしじま-

☎10月12日(日)10:00~14:30

☎中工場、吉島屋内プール

☎工場見学、クイズラリー、フードドライブ、エコ大鍋、フリーマーケット、ポッチャ体験など

舟入公民館

☎、☎295-5003

☎(火、13日祝)

平和のバトンをつなぐ講座

☎10月18日(土)9:30~12:30

☎場舟入公民館など

☎証言ビデオ「はだしのゲンが伝えたいこと」の視聴と舟入地区などでフィールドワーク

【講師】ドキュメンタリー「はだしのゲンが見たヒロシマ」製作プロデューサー・渡部久仁子氏

☎10月4日(土)から、直接か電話で。先着20人

中区図書館

(JMSアステールプラザ内) ☎248-9300、☎247-8447

☎(月)(13日は除く)、14日(火)

多文化理解講座「フィンランドの伝統装飾ヒンメリをつくらう」

☎11月1日(土)①13:00、②14:00から

☎わらと糸でつくる正八面体の装飾品ヒンメリを制作し、歴史も学ぶ

【講師】ヒンメリ作家・清水美雪氏

☎1,200円

☎10月1日(水)9:00から、直接か電話、ファクスで。各回先着25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

☎10月21日(火)16:15~17:15

☎体操や柔軟運動などを行い、基礎体力づくりを目指す

【講師】JMFAインストラクター・山重絵梨氏 ☎500円

☎10月2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

☎(水)

整えよう!からだバランス

☎18歳以上

☎11月4日~25日(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

☎10月2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

10月の乳幼児の健康相談室

期日	時間	会場
10/7(火)	13:30~15:00	中保健センター
10/10(金)	9:30~11:00	竹屋公民館
10/15(水)		本川児童館
10/16(木)	10:00~11:30	江波集会所
10/17(金)		中央公民館

☎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)

☎4~6カ月の乳児の保護者

☎10月21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。詳しくは市HPで

☎アプリ「母子モ」か電話(504-2528)で、同課へ。先着20人

家族介護教室

☎高齢者を介護している家族や近隣の人

☎10月29日(水)14:00~15:00

※感染症のまん延などにより開催を延期中止する場合あり

☎ラポーレ東千田

☎腸の健康講座-便の状態から腸の健康を考える-

☎電話かファクスで

☎☎240-8818、☎545-2588

行政書士による

1日無料法律手続き相談会

☎10月25日(土)10:00~18:00

☎場イオンモール広島府中

☎行政書士が、相続の悩み、遺言書の作成、後見人制度や死後の手続きなどの困り事について、相談に応じる

☎直接か電話、ファクスで(午後のみ予約可能)

☎県行政書士会広島支部(☎836-7816、☎836-7817)

なかくボランティアまつり

☎10月25日(土)10:00~14:30

☎場区地域福祉センター

☎福祉体験や作業所展示販売、バザー

☎区社会福祉協議会(☎249-3114、☎242-1956)

☎10月19日(日)

難病講演会・相談会

☎11月10日(月)①18:00~19:00、②19:00~20:00

☎場区地域福祉センター

☎①講演会「潰瘍性大腸炎の理解と最新治療について」、②個別相談会

☎電話で、地域支えあい課へ。先着①80人、②4人

☎☎504-2528、☎504-2175

ゆったりのびのび交流会

☎被爆者

☎11月6日(水)13:30~15:30

☎場区地域福祉センター

☎テーマ「楽しくいきいき健康に! -簡単にできる健康体操-」

【講師】健康運動指導士・大背戸まりこ氏

☎電話で、地域支えあい課へ

☎☎504-2528、☎504-2175

行政困りごと相談所

☎①10月15日(水)13:30~16:00、②11月1日(土)10:30~15:00

☎場①竹屋公民館、②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)

なかちゃん音楽の輪 今月のイベント情報

HIC2025拾六華鏡

☎10月5日(日)13:00~19:50

☎場アリスガーデン

☎ライブイベント

ふれあいコンサート

☎10月11日(土)10:30~11:30

☎場舟入公民館

☎琴の演奏

☎直接か電話(295-5003)で、同公民館へ

孫子老まつり

☎10月18日(土)10:00~21:00

☎場吉島東小学校

☎まごころ音楽祭など

☎場地域起こし推進課(☎504-2546、☎541-3835)



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(10月)	内容など
基町	221-5303	4日(土) 10:00~11:00	多文化交流会
竹屋	241-1860	25日(土) 10:00~11:00	サタデー広場
吉島	243-0022	17日(金) 10:00~11:00	体を動かしてあそぼう
本川	292-4470	15日(水) 10:00~11:00	体を動かしてあそぼう
神崎	231-7831	11日(土) 10:00~11:00	サタデー広場
舟入	232-3698	23日(木) 10:00~11:00	一緒にあそぼう
江波	231-7934	24日(金) 10:00~11:00	やきいもパーティーに参加しよう
ゆりかご	241-6989	29日(水) 15:00~16:00	園内行事「お芋パーティー」参加※(5組)
報恩	231-5439	23日(木) 10:00~11:00	みんなあつまれ - 親子ふれあい体操 - ※
中島	241-7775	9日(水) 9:30~10:30	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
広島YMCA	227-2884	9日(水) 10:00~12:00	わかばママ・パパ応援教室※(2組)
ルーテル	241-2479	15日(水) 10:00~11:00	体を動かして遊ぼう※(5組)
真和	231-9718	7日(火) 10:00~11:30	育児相談
千田	243-2766	25日(土) 9:00~12:00	おまつりデー
ともえ	228-6088	4日(土) 10:00~11:00	園庭であそぼう
リトルメイト	244-2525	10日(金) 10:00~11:00	感触あそび
りらっくす白島	225-7572	31日(金) 10:00~11:00	ハロウィンを楽しもう※(5組)
りらっくす十日市	961-4570	17日(金) 10:00~11:00	乳幼児の食事について※(5組)
りらっくす竹屋	207-1821	8日(水) 10:00~11:00	人形劇※(5組)
りらっくす舟入	208-5600	28日(火) 9:45から	リトミック※(5組)
ちやいるどふれんどりい	541-2162	31日(金) 10:00~11:00	ハロウィンパーティー※(2組)
かがやき	225-7205	31日(金) 10:00~11:00	ハロウィン会に参加しよう※(3組)
育ちの森	559-2323	9日(水)、16日(水)、23日(水)	泥んこ・砂遊び・水泳・お話
順正寺	241-7062	9日(水)、23日(水)、30日(水)	10:00~11:00 室内・園庭で遊びましょう
流川	221-5493	18日(土) 9:30~11:30	オープンハウス
栄光	231-4468	16日(木) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう! 園内見学
吉島	244-2225	22日(水) 10:15~11:15	園庭開放(雨天中止)
かおる	291-0321	16日(木) 10:00~11:00	園庭開放
広島中央	246-4094	6日(月) 10:00~11:30	電話による育児相談
広島三育学院	241-3010	20日(月) 10:00~11:00	園庭開放
聖母	221-3207	23日(水) 10:00~11:00	未就園児クラス「たんぽぽ組」見学※
たちばな	243-5174	随時	電話による育児相談
慈光	241-8059	随時	電話・メールでの子育て相談
安田	221-2763	7日(火) 10:30~11:30	園庭開放(リズム遊び) ※HPにて
基町	228-3888	11日(土) 10:00から	運動会(体操・かけっこ)