

くらしの西区版 ガイド

※区役所などへの問い合わせは1月5日(月)からお願いします



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)

☎1月16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

☎1～2歳児と保護者

☎1月22日(木)13:30～14:30

☎心理士による「発達に沿った上手な関わり方」

☎区HPで、1月20日(火)までに

■育児講座

☎区内の乳幼児の保護者

☎1月30日(金)10:00～11:30

☎区地域福祉センター

☎テーマ「どうする?『イヤイヤ期』-心の育ちに視点をのいた遊びと関わり-」

☎電話かアプリ「母子モ」で。先着50人。託児(1・2歳児)は電話で。先着15人



健康

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
1/6(火)	区地域福祉センター	9:30～11:00
1/14(水)	第二南観音会館 南観音公民館	13:30～14:30
1/22(木)	己斐上公民館	9:30～11:00
1/26(月)	中広・天満会館	

※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
1/6(火)	区地域福祉センター	9:00～11:00

子宮がん・乳がん検診		
日	会場	時間
1/6(火)	区地域福祉センター	9:30～11:00
1/7(水)	楠木会館	

☎子宮がん・乳がん検診は電話で

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■エイズ相談・迅速検査

☎1月6日～27日の(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、迅速検査を匿名で実施 ※肝炎・梅毒検査も同時に受診可

☎市HPか電話(294-6235)で。先着各日5人



■栄養相談日

☎1月13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

☎1月14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

☎電話(294-6289)で。同課へ

■ひまわり会(心の病気を抱える人の家族の会)

☎1月15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、理解を深める

☎電話(294-6384)で

■精神科医師による心の健康相談

☎1月22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、1月20日(火)までに。先着3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

※いずれも会社などで健診・検診を受けられる人は除く

日	会場	時間
1/14(水)	第二南観音会館 南観音公民館	9:30～11:30 13:30～14:30
1/22(木)	己斐上公民館	9:30～11:30
1/26(月)	中広・天満会館	

¥②各400円、④1,000円

☎当日会場で

■胃がん検診(X線)

☎今年度末で40歳以上

日	会場	時間
3/3(火)	草津東集会所	9:00～11:00
3/13(金)	鈴が峰会館	

¥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人は☎504-2258)で

☎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、後期高齢者医療資格確認書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、資格確認書のいずれか

※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の請求を。お急ぎの場合は電話(294-6235)で

※今年度末で50歳以上の人は医療機関や市健康づくりセンターで、胃内視鏡検査を選択可。詳しくは電話(294-6235)で

井口ワカメの



刈取り体験

区の特産品である井口ワカメの刈取り体験をしてみませんか。刈取り体験後は、食の大切さやワカメの栄養について学ぶことができます。

井口ワカメを持ち帰り、家で取れたての味を楽しめます。茹でてポン酢につけて食べるとおいしいです。

☎区内に在住か通学の小学生と家族

☎2月15日(日)9:00～11:00

☎場水産振興センター

☎申区HPで、1月31日(土)までに。抽選20家族

☎園地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)



井口ワカメの刈取り体験



ワカメの栄養について学ぶ



催し

コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ☎295-9287
休1月1日(祝)～13日(火)、19日(月)、
26日(月)、30日(金)

■えほんくらぶ

☎乳幼児と保護者

☎1月16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

☎1月17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

☎1月24日(土)11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

■テーマ別図書の展示

テーマ	期間
自分を守るために (幼児・児童向け)	1/14(水)～ 29(木)
口福の本 (一般向け)	

社会福祉協議会

☎294-0104 ☎291-7096

■パソコン要約筆記入門講座

☎1月25日～2月8日の(日)、10:00～12:00。全3回

☎区地域福祉センター

☎パソコンを使った要約筆記の体験

【講師】市要約筆記サークルおりづる

☎電話かファクスで、1月16日(金)までに。先着10人

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(1月12日は除く)、1月1日(祝)～3日(土)

■西区民作品展

☎2月3日(火)～7日(土)10:00～19:00、
8日(日)10:00～15:00

☎区内に在住・通勤・通学か、区内で創作活動をしている人の絵画・書・彫刻・デザイン・工芸・写真などの作品を展示



学ぼう! 楽しもう! エコパーク -わたしたちのSDGsプロジェクト-

こどもから大人まで、楽しみながらSDGsを学べるイベントを開催します。

☎1月24日(土)10:00～15:00

☎場アルパーク西棟

☎0円バザー(幼児衣料品、本、文具)、SDGs「みんなで作り上げる作品」の作成・展示、パペット上演、読み聞かせ、わらべ歌、公民館利用グループのステージ発表、リサイクルワークショップ、展示、クイズラリーなど

☎草津公民館(☎271-2576、☎271-2642)

休(火、祝)、1月2日(金)、3日(土)



小児在宅医療講演会

☎1月24日(土)14:30～16:00

☎区地域福祉センター

☎テーマ「在宅における小児成人医療移行について-重症児者および医療的ケア児者の相談の実際から-」

【講師】市重症心身障害児者相談支援センター 相談員・末光治美さん

☎応募フォームで

☎区医師会事務局(☎297-6636)



「減らそう犯罪」西区民大会



犯罪の起こりにくいまちづくりを推進するため、「減らそう犯罪」西区民大会を開催します。

☎1月31日(土)13:30～15:35 ☎区民文化センター

☎●広島西警察署「減らそう犯罪」推進モデル校として、さまざまな取り組みをしてきた井口中学校の生徒による活動発表や吹奏楽部の演奏

●県警察減らそう犯罪情報官・直原順一さんによる最新の犯罪情勢や身近に迫る特殊詐欺の手口、対策などについての講演

●県内の大学生で構成している防犯ボランティア団体「スリーアローズ」による特殊詐欺被害の寸劇

☎区HPか電話で、1月21日(火)までに

☎園地域起こし推進課(☎532-1023、☎232-9783)



区役所4階元気じゃけん食堂

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。

☎1月19日(月)12:00～13:30

☎園地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)



そらママ

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

☎日(月)～金(日)の10:00～15:00

☎区地域福祉センター

☎園地域子育て支援センター(☎503-6288、☎294-6113)



このか
好華ちゃん(1歳)
とお母さん