

# くらしの 東区版 ガイド

区役所各課などへの問い合わせ、申し込みは2月2日(月)からお願いします。

## 健康

### 原爆被害対策部援護課

☎504-2195、㈹504-2257

#### ●被爆者健康診断

日2月25日(火)9:30~11:00

場牛田公民館

※肺がん検診を同時に受診可

#### ●被爆者胃がん・肺がん検診

日2月25日(火)9:00~11:00

場牛田公民館

#### ●被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	受付時間
2/5(木)	区総合福祉センター	9:30~11:00
2/17(火)	戸坂川根集会所	

電話で

### 地域支えあい課

☎568-7729、568-7731、  
568-7735、㈹568-7790

下記の健(検)診を受診する人へ

内元気じや健診は国民健康保

険被保険者と後期高齢者医療

被保険者など。各種がん検診

は会社などで受診できない人

内各種がん検診では、生活保

護世帯・市民税非課税世帯・70

歳以上のいざれかであることを

証明するものを持参した人は

無料

内受診の際は、市役所から送付する「受診券」が必要。元気じや健診を受診する人は、マイナ保険証、資格確認書のいざれか

申注のついた検診は、集団検診

予約専用ダイヤル(☎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

#### ●①元気じや健診(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結核健診

内①②今年度末で40歳以上、③

65歳以上

日2月25日(火)9:00~11:00

場牛田公民館

内②各400円

申当日会場で。大腸がん検診は

事前に専用はがきで、検便容器

の請求を。お急ぎの場合、電話

(568-7729)で

#### ●元気じやけん食堂

日2月12日、26日の(木)12:00~13:00

場区役所

内食堂で、健康定食「元気じやけ

ん定食」(560円)を提供。食券は

当日11:30から発売

#### ●栄養相談日

日3月9日(月)9:30~11:00(1人30

分程度)

場区総合福祉センター

内管理栄養士による世代に応じ

た食生活の個別相談

申電話(568-7729)で

#### ●専門医による心の健康相談

日2月19日(木)13:30~15:00

場区総合福祉センター

内不眠や認知症、ひきこもり、アルコール問題など。秘密厳守

内電話(568-7735)で

#### ●若年性認知症の人と家族のための交流会「まるごと」

日2月28日(土)14:00~16:00

場介護老人福祉施設サンヒルズ

広島

内65歳未満で認知症と言われた人や物忘れが気になる人と家族が相談できる場

内¥100円

#### ●東区ケアメンの会-男性介護者のつどい-

内男性介護者

日2月19日(木)10:00~12:00

場区総合福祉センター

内介護について話し、交流できる場

#### ●認知症など在宅介護者の会(ほほえみの会)のつどい

内認知症高齢者の家族など

日2月5日(木)10:00~12:00

場区総合福祉センター

内認知症の人などの介護についてさまざまな思いを話し、交流できる場

#### ●家族介護教室

内高齢者を介護する家族や近隣援助者

日2月19日(木)14:00~15:00

場特別養護老人ホームへさか福

寿苑

内テーマ「始めよう！おいしい

乳和食」

【講師】管理栄養士・岡本みゆき氏

※感染症のまん延などにより開催を延期か中止する場合あり

内特別養護老人ホームへさか福

寿苑(☎220-2110、㈹220-2128)

## 子育て

### 地域支えあい課

☎568-7729、568-7735

㈹568-7790

#### ●離乳食教室(スタート編)

内4~6ヶ月児の保護者

日3月10日(火)10:00~11:30

場区総合福祉センター

内5ヶ月頃の離乳食の進め方(話と調理実演)

内ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」か電話(568-7729)で。

先着15組

#### ●離乳食教室(お誕生日頃編)

内9~12ヶ月児の保護者

日3月3日(火)10:00~11:30

場区総合福祉センター

内離乳食完了に向けてのポイント(話とレシピ紹介)

内ひろしま子育て応援アプリ「母子モ」か電話(568-7729)で。

先着15組

#### ●東区子育て交流広場“ぽっぽひがし”

内親子で気軽に集い、

一緒に遊べる広場です。

内個別相談もできます。

内おおむね3歳未満児と保護者

日2月2日~27日の(月)~(金)10:00



内15:00(11日、13日、23日は除く)

#### 【広場でのイベント】

日時	内 容
2/4(水) 10:30~12:00	栄養士による相談
2/5(木) 10:30~11:30	★親子ヨガ教室
2/17(火) 10:00~11:30	助産師による相談
2/19(木)13:15から	保育士による「ふれあい遊び」
2/27(金)10:30から	親子遊び

内区総合福祉センター

内★はオンラインあり

内オンラインのみ、

内HPで

## お知らせ

### 生活課

☎568-7725、㈹264-5271

#### ●献血にご協力を

日2月14日(土)10:00~12:00、13:15~16:00 場フォレオ広島東

## 催しもの

### 東区図書館

☎262-5522、㈹264-2610

内(月)(23日は除く)、12日、24日

#### ●本の譲渡会・ブックカフェ

日2月14日(土)9:30~13:30

場区民文化センター

内市民から集めた本を希望者に提供。ブックカフェも設置(本の譲渡会・ブックカフェ共になり次第終了)

#### ●ストーリーテリングのおはなし会

内幼児~小学生と保護者

日2月21日(土)11:00から

内語り手が話を覚えて語る(絵本の読み聞かせはありません)

#### ●おはなし会

内幼児~小学生と保護者

日2月28日(土)11:00から

内絵本の読み聞かせ、手遊びなど

#### ●展示「おやつの時間にしませんか?」

日3月1日(日)まで

内2月はお菓子の記念日が多いことから、お菓子に関する本を展示

### 東区民文化センター

☎264-5551、㈹264-5774