

くらしの西区版 ガイド



※区役所などへの問い合わせは3月2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(子ども同伴可)

☎3月13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



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
3/13(金)	鈴が峰会館	9:30~11:00

※肺がん検診を同時に受診可

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
☎294-6113

■エイズ相談・迅速検査

☎3月3日~24日(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

☎3月10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

☎3月11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・来年度計画

☎電話(294-6289)で

■ひまわり会(心の病気を抱える人の家族の会)

☎3月19日(木)13:30~15:30

☎悩みを語り合い、理解を深め合う座談会・学習会

☎電話(294-6384)で

■精神科医師による心の健康相談

☎3月26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、3月24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
3/13(金)	鈴が峰会館	9:00~11:00

☎②各400円、④1,000円

☎当日会場

☎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

※大腸がん健診は、受診券と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

催し

コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ☎295-9287
☎(月)、24日、31日

■えほんくらぶ

☎乳幼児と保護者

☎3月13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

☎3月14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

☎3月28日(土)11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

■知るを楽しむ図書館講座「里山を楽しむ」

☎3月13日(金)14:00~15:30

町内会に入りませんか？

町内会は地域の人が安心して住みやすい環境づくりを目指して住民が自主的に組織している団体です。地域住民の交流や共同活動を通じて、祭りや運動会などの行事、防災や交通安全の推進活動など、さまざまな活動を行っています。

☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)



町内会に入るには？

お住まいの地域の町内会の役員(組長、班長、会長など)に連絡してください。役員が分からない場合は、地域起こし推進課(☎、☎左記)へお問い合わせください。市HPからも加入取り次ぎの申し込みができます。



3・4月は窓口が混み合います

転入、転出など引っ越しの多いこの時期は、区役所が大変混み合います。待ち時間が長くなるのが予測されるため、事前に市HPで持参物などをご確認ください。

●転出届(市外へ引っ越しとき)は、郵送で行うことができます。

●土日開庁、平日時間延長については、本紙37をご覧ください。

●受け付けをスムーズに行うため、請求書などはあらかじめ受け付け前に記入をお願いします。事前に市HPからダウンロードして記入するか、ロビー設置の請求書などに記入をお願いします。

●住民票の写し、印鑑登録証明書などの各種証明書は、市役所サービス・コーナー(土、日、祝、休も開所。中区基町9-32、☎225-3161)でも取得できます。

◆区市民課窓口混雑予想(大きな混雑が予想される日)

3月9日(月)~4月6日(月)の平日開庁日

※休み明けが最も混み合います

☎市民課(☎532-0930、☎232-9783)

☎区民文化センター

☎地元・西区の里山の、四季を通じた魅力・楽しみ方

【講師】西区やまなみの会・西本順之介氏

☎直接か電話、ファクスで。先着30人まで

■テーマ別図書の展示

テーマ	期間
たびだち(幼児・児童向け)	3/29日(日)まで
新生活をはじめ(一般向け)	

こども神楽発表会

☎3月22日(日)10:00~11:30

☎古田公民館

※公共交通でお越しを

【出演】古江神楽保存会、井口地区民芸保存会神楽部

【演目】天の岩戸、巫女舞ほか
☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎232-9783)



春の三滝ウォーク(参道周辺編)

☎3月22日(日)9:30~12:00

※小雨決行

【集合場所】三篠公民館

☎三滝散策マップの参道周辺編を活用し、日渉園跡や誓願寺を経由し、三滝寺入口までをボランティアガイドと歩く

☎直接か電話で、3月13日(金)までに。先着20人。小学生以下は保護者同伴

☎三篠公民館(☎、☎237-3077)

☎(火)、(祝)



女性の健康週間

3月1日~8日は女性の健康週間です。女性特有の不調や疾患などは年代によって変化します。日本人女性は長寿世界一。若いからと安心せず、歳だからと諦めず、長い将来を見据えた健康づくりのため、まずは検診で自分の体を知ることからはじめましょう。☎地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)



区民サロンコンサート



市消防音楽隊が管打楽器を演奏します。楽しいひとときをお過ごしください。

☎3月19日(木)12:20~12:50

☎区役所

☎地域起こし推進課(☎532-0927、☎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。

☎3月19日(木)12:00~13:30

☎地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)



いっしょに遊ぼう 常設オープンスペースにしくニコニコひろば

子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)



琉生くん(1歳3カ月)とお母さん