

# 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肺・大腸がん、③結核健診、④胃がん、⑤子宮頸がん、⑥乳がん

※③はポイント対象外

☎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、②④今年度末で40歳以上の人、③今年度末で65歳以上の人、⑤20歳以上の女性、⑥今年度末で40歳以上の女性(②、④～⑥は会社で受けられる人は除く)

種類	日時	会場
①～④	8/3(月) 9:00～11:00	江波集会所
	8/31(月) 9:00～11:00	舟入公民館
⑤～⑥	8/19(水) 9:30～11:00	江波集会所

②各400円、④1,100円、⑤1,000円、⑥1,500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

☎④～⑥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



☎④～⑥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

☎6月10日～24日の(水)、7月1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

☎6月11日、25日の(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。先着各日2人

#### 栄養相談日

☎6月19日(金)9:30～11:00(30分ごと)

☎中保健センター

☎管理栄養士による食生活の個別相談

☎直接か電話で。先着3人

#### 区ケアメンの会

☎男性介護者

☎7月3日(金)13:00～14:30

☎区地域福祉センター

☎座談会

☎電話(296-4880)で、特別養護老人ホーム悠々タウン江波へ

#### 区認知症介護家族のつどい

☎認知症の人を介護している人

☎6月18日(木)13:00～15:00

☎区地域福祉センター

☎内座談会

☎直接か電話で、同課(504-2586)か区社会福祉協議会(249-3114)へ

#### 原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

#### 被爆者健康診断

期日	時間	会場
6/5(金)		職町集会所(職町会館)
6/12(金)	9:30～11:00	吉島福祉センター
6/24(水)		江波集会所

※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	時間	会場
6/5(金)	9:00～11:00	職町集会所(職町会館)
6/24(水)		江波集会所

#### 被爆者子宮がん・乳がん検診

☎6月17日(水)9:30～11:00

☎吉島福祉センター

☎電話で

## 催し

### 中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

(休火)

#### パソコン①講習、②相談会

☎①簡単な文字入力ができる人、②初心者

☎6月15日(月)①9:00～12:00、②13:00～15:00(1人1時間)

☎①テーマ「パソコンで生活を楽しく」

☎①1,000円

☎直接か電話で、6月11日(木)までに。先着

①10人、②8人



### 竹屋公民館

☎、☎241-8003

(休火)

#### 原爆慰霊碑・被爆樹木めぐり

☎小学生以上(小学生は保護者同伴)

☎6月27日(土)9:30～11:30

☎場東千田公園入口集合、御幸橋周辺解散

☎千田地区周辺の原爆慰霊碑や被爆樹木などを訪ね歩く

☎直接か電話で。先着20人

### 吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

(休火)

#### 子育て講座-親子でふれあおう-

☎未就園児と保護者

☎6月①15日(月)10:00～11:30、②22日(月)10:00～11:00

☎①バルーンショーを楽しもう!、②親子でアハハ!楽しくワハハ!笑いヨガ!

☎【講師】①バルーンアート指導者・ピエロのワインちゃん、②笑いヨガティーチャー・小谷朱美氏、笑いヨガリーダー・蓮池朋子氏

☎①300円/組

☎直接か電話で、6月

①11日(木)、②21日(日)

☎までに。先着①14組、

②15組



### 舟入公民館

☎、☎295-5003

(休火)

#### よがんす塾

☎おおむね65歳以上

☎6月19日(金)13:30～15:00

☎みんなで守ろう自転車ルール、4月から導入された「青切符制度」を学ぶ

☎6月4日(休)から、直接か電話で。

### 中区図書館

(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

(休月)

#### えほんとわらべうた

☎乳幼児と保護者

☎6月19日(金)11:00から

☎絵本の読み聞かせとわらべ歌



#### おはなしワールド

☎幼児・小学生と保護者

☎6月20日(土)11:00から

☎絵本の読み聞かせなど

### 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

(休水)

#### 親子で一緒に!スポーツあそび

☎2～4歳児と保護者

☎6月14日(日)9:30～10:30

☎親子で一緒に楽しく取り組める運動を体験する

☎【講師】保育士・白石佳子氏

☎¥600円/組

☎直接か電話で。先着20組

#### ベビーヨガ

☎6カ月～1歳半児と保護者

☎6月20日(土)10:00～11:00

☎ヨガのポーズを基にして赤ちゃんに触れながらエクササイズ

☎【講師】JWIマタニティーヨガ資格保有者・深澤葉子氏

☎¥700円/組

☎直接か電話で。先着12組

### 吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

(休水)

#### 機能改善ストレッチ

☎18歳以上

☎7月6日、13日、27日の(月)、10:00～11:00

☎疲れにくい体作りを目指す

☎¥各日700円

☎6月1日(月)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

#### 乳幼児の健康相談室

期日	時間	会場
6/8(月)	9:30～11:00	舟入公民館
6/12(金)	9:30～11:00	竹屋公民館
6/17(水)	9:30～11:00	本川児童館
6/18(木)	10:00～11:30	江波集会所
6/19(金)	10:00～11:30	中央公民館
7/1(水)	9:30～11:00	吉島公民館

☎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カ月児の保護者

☎6月16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

☎アプリ「母子モ」か電話(504-2528)で。先着18組

#### 子育てオープンスペース

☎0歳～未就園児と保護者

☎保護者が気軽に集い、交流できる場

☎※開催については、各連絡先に問い合わせを



### 行政困りごと相談所

☎6月24日(水)13:30～16:00

☎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。先着順

☎総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

### 助産師による卒乳講座

☎6月30日(火)10:00～11:00

☎区地域福祉センター

☎【講師】MY助産院院長・高島麻季氏

☎アプリ「母子モ」か電話で、6月26日(金)までに、地域支えあい課へ。先着20組

☎☎504-2528、☎504-2175

### 歯科相談日

☎20歳以上

☎7月7日(火)13:30～15:30

☎中保健センター

☎歯科医師による歯科健診、個別相談、歯科衛生士による歯みがき指導

☎☎電話で、地域支えあい課へ。先着8人

☎☎504-2528、☎504-2175

## 保育園・幼稚園などの子育て支援事業

保育園・幼稚園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(6月)	内容など
保育園	基町	221-5303	18日(木) 10:00～11:00	体を動かして遊ぼう
	竹屋	241-1860	20日(土) 10:00～11:00	サタデー広場
	吉島	243-0022	15日(月) 10:00～11:00	わらべ歌遊びを楽しもう
	本川	292-4470	13日(土) 10:00～11:00	サタデー広場
	神崎	231-7831	11日(木) 10:00～11:00	絵本を楽しもう
	舟入	232-3698	25日(水) 10:00～11:00	一緒に遊ぼう
	江波	231-7934	18日(水) 10:00～11:00	室内で遊ぼう
	江波第二	292-8166	19日(金) 10:00～11:00	砂場で遊ぼう!
	報恩	231-5439	6日(土) 10:00～12:00	わかばパパママ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	17日(水) 9:30～10:30	どろんこ遊びを楽しもう!! ※(3組)
	広島YMCA	227-2884	13日(土) 10:00～15:00	育児全般について※
	ルーテル	241-2479	17日(水) 10:00～11:00	ホールで遊ぼう(育児相談)・身体測定※(5組)
	真和	231-9718	16日(火) 10:00～11:30	園庭で遊ぼう
	ともえ	228-6088	6日(土) 10:00～11:00	園庭で遊ぼう
	リトルメイト	244-2525	16日(火) 10:00～11:00	お部屋で遊ぼう※(5組)
	りらっくす白鳥	225-7572	4日(木) 10:00～11:00	ベビーマッサージ
	りらっくす十日市	961-4570	12日(金) 10:00～11:00	絵本の読み聞かせと楽しみ方※(5組)
	りらっくす竹屋	207-1821	11日(木) 10:00～11:00	歯科医師による歯の話と歯科検診※(5組)
	りらっくす舟入	208-5600	16日(火) 10:00～11:00	わらべ歌
	クローバー	240-0788	18日(水) 10:00～11:00	おいでよ!おはなし会(絵本)※(7組)
ちやいんどふれんどりい	541-2162	19日(金) 10:00～11:00	わかばパパママ応援教室※(2組)	
かがやき	225-7205	17日(水) 10:00～11:00	保育園で遊ぼう! ※(3組)	
広島こども	502-0750	20日(土) 10:15から	音を楽しもう♪楽器・表現遊び※(3組) ☎3～5歳児	
花キュー	293-2667	11日(木) 10:00～11:00	リトミック ☎3～5歳児	
育ちの森	559-2323	毎週(木) 9:30～11:00	泥んこ・砂遊び・水遊び・お話し	
小学校	順正寺	241-7062	4日、11日、25日の(木)	室内・園庭で遊ぼう
	流川	221-5493	25日(木) 10:00～11:00	園庭で遊びましょう※(5組程度) ☎0～2歳児
	栄光	231-4468	18日(水) 10:00～11:30	園庭で遊ぼう! 園内見学
	吉島	244-2225	24日(水) 10:15～11:15	親子で七夕制作※(15組程度)
	千田	243-2766	23日(火) 10:30から	エプロンシアターを見よう※
	かおる	291-0321	11日(木) 10:00～11:00	園庭開放
	ゆりかご	241-6989	24日(水) 10:00～12:00	七夕飾りを作ろう※
幼稚園	安田	221-2763	17日(水) 10:20～11:20	誕生日会見学(対象月以外も参加可能)※
	聖母	221-3207	10日(水) 10:00～11:00	親子でリトミック
	広島中央	246-4094	8日(月) 10:00～11:00	電話での対応 ☎3～5歳児
	たちばな	243-5174	6日(土) 9:30～11:00	園庭でお遊ぼうをしよう! ※
	慈光	241-8059	19日(金) 9:30～10:30	シャボン玉 ごっこ遊びを楽しもう! ☎1～3歳児
	広島三育学院	241-3010	18日(水) 10:00～11:	