

くらしのガイド 東区版

健康

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
 ①元気じゃ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
 ②各種がん検診では、生活保護世帯・市民税非課税世帯・70歳以上のいずれかであることを証明するもの(健康保険証など)を持参した人は無料
 ③受診の際は、市役所から送付する「受診券」が必要。元気じゃ健診を受診する人は、マイナ保険証、健康保険証、資格確認書のいずれか
 ④⑤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)で、先着順

- ①元気じゃ健診(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
- ④①②今年度末で40歳以上
- ⑤65歳以上

日程	時間	会場
7/13(月)	9:30~11:30	牛田新町集会所(駐車場なし)
7/22(水)	9:30~11:00	神田山荘
7/29(水)	9:30~11:30	東地域交流センター
	13:30~14:30	二葉集会所(駐車場なし)

②各400円
 ④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

●元気じゃけん食堂
 ④7月9日、23日の(木)、12:00~13:00
 ⑤区役所
 ⑥食堂で、健康定食「元気じゃけん定食」(560円)を提供。食券は当日11:30から発売

●ケアメンの会-男性介護者のつどい
 ④男性介護者
 ⑤7月16日(木)10:00~12:00
 ⑥区総合福祉センター
 ⑦介護について話し、交流する

●若年性認知症の人と家族のための交流会「まるごと」
 ⑤7月25日(土)14:00~16:00
 ⑥介護老人福祉施設サンヒルズ 広島
 ⑦65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・交流する
 ⑧100円
 ●専門医による心の健康相談
 ⑤7月9日(木)、13:30~15:00
 ⑥区総合福祉センター
 ⑦不眠や認知症、引きこもり、

アルコール問題など。秘密厳守

☎電話(568-7735)で

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

被爆者健康診断

日程	時間	会場
7/13(月)		牛田新町集会所(駐車場なし)
7/22(水)	9:30~11:00	神田山荘
7/29(水)	13:30~14:30	東地域交流センター
		二葉集会所(駐車場なし)

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者胃がん・肺がん検診

⑤7月22日(水)9:30~11:00

⑥神田山荘

被爆者子宮がん・乳がん検診

⑤7月27日(月)9:30~11:00

⑥中山福祉センター

☎電話で

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)

④4~6カ月児の保護者

⑤8月4日(火)10:00~11:30

⑥区総合福祉センター

⑦5カ月ごろの離乳食の進め方(話と調理実習)

☎電話(568-7729)か、アプリ「母子モ」で。先着15組

栄養相談日

⑤8月20日(木)9:00~11:00(1人30分程度)

⑥区総合福祉センター

⑦管理栄養士による世代に応じた食生活の個別相談

☎電話(568-7729)で

東区子育て交流ひろば「ぽっぽひがし」

親子が気軽に集い、一緒に遊べる広場です。個別相談もできます。

④おおむね3歳未満児とその保護者

⑤(月)~(金)、10:00~15:00(休、祝、第2金は除く)

⑥区総合福祉センター

【広場でのイベント】

日時	内容
7/7(火) 10:30~11:30	サクソとピアノのコンサート
7/16(水)	管理栄養士によるミニ講座(卒乳後のこどもの食事)
7/23(木) 10:30から	薬学部学生によるミニ講座
7/24(金) 10:30から	親子遊び
7/30(木) 10:30~11:30	親子ヨガ教室

行政困りごと相談

役所の仕事や手続き(道路、河川、社会福祉、公共施設など)に関する困りごと・要望に行政相談委員が対応します。

☎総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

催しもの

マリモホールディングス 東区民文化センター

☎264-5551、☎264-5774 (休)月(20日を除く)

ひがし和太鼓フェスティバル

⑤7月26日(日)14:00から

⑥当センターなどで和太鼓の活動をしている団体による演奏



マリモホールディングス 東区図書館

☎262-5522、☎264-2610 (休)月(20日を除く)、21日、31日

おひざにだっこのおはなし会

④乳幼児と保護者

⑤7月8日、22日の(水)11:00から

⑥絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌など



ストーリーテリングのおはなし会

④幼児~小学生と保護者

⑤7月18日(土)11:00から

⑥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

④幼児~小学生と保護者

⑤7月25日(土)11:00から

⑥絵本の読み聞かせ、手遊びなど

展示「のぞいてみよう絵の世界」

⑤7月30日(休)まで

⑥絵画や美術の楽しみ方などに関する本の展示



マエダハウジング 東区スポーツセンター

☎222-1860、☎222-1861 (休)火

水泳 & 水中運動ワンポイントレッスン

④小学生以上

⑤7月9日(休)14:30~15:30

⑥施設利用料のみ

⑦個別にアドバイスが受けられる(1人5分程度)

⑧7月1日(休)9:00から直接、10:00から電話で。先着10人

お知らせ

生活課

☎568-7725、☎264-5271

献血にご協力を

⑤7月10日(金)9:30~12:30、13:45~16:30

⑥マックスバリュ広島駅北口店 北側



初心者向けセミナー 終活、今やらないでいつやるの?



⑤7月11日(土)13:30~15:40 ⑥区民文化センター

⑦「エンディングノート」の書き方と認知症に備える話

⑧申し込みフォームか電話、ファクスで、7月8日(水)までに。先着10人

⑨AID行政書士事務所(☎258-4651、☎258-4652)



温品福祉センターラウンドフィットネス

同センターでは、健康増進を目的に、ラウンドフィットネスを導入しています。

④高校生以上

⑤有酸素運動と無酸素運動を交互に行うフィットネス 見学会ラウンドフィットネスについてなど詳しくは同館HPへ

⑥直接か電話で ¥300円(初回体験無料)

⑦☎、☎289-2635 (休)火



追加募集

区の魅力と活力向上推進事業 まちづくり活動に補助金を交付します

3人以上の仲間と一緒に、地域の魅力アップ活動を始めてみませんか。新たな活動を始める団体に対して、区が補助金を交付します。

【補助内容】	補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
	初年度	3分の2以内	100万円
	2年度目	2分の1以内	70万円
	3年度目	3分の1以内	35万円

④所定の申請書で、7月17日(金)までに、地域起こし推進課へ。応募の手引き・申請書は、市HP、区役所、区内公民館で

⑤☎568-7704、☎262-6986



市HP ページ番号 1007277

保育園が子育てを応援します(7・8月分)

保育園・幼稚園・こども園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。詳しくは各園へお問い合わせを。育児相談は、全ての保育園で実施しています。

④各園※は要予約・要登録
その他の行事は市HPで



園名	電話番号	日時	内容/対象
(市立) あけぼの	261-3869	7/16(木)	夏の遊びを楽しもう
		8/1(土)	サタデー広場
		8/26(水)	わらべ歌で遊ぼう
東浄	229-5032	7/15(水)	夏の遊びを楽しもう
中山	289-0902	7/11(土)	サタデー広場
		7/28(火)	一緒に遊ぼう
温品	289-7477	7/25(土)	サタデー広場
		8/21(金)	一緒に遊ぼう 夏
福木	899-2039	7/11(土)	サタデー広場
		8/19(水)	夏の遊び
戸坂	229-0090	7/23(木)	夏の遊びを楽しもう
		8/25(火)	
わかくさ	261-0929	7/15(水)	絵本に親しもう
		7/24(金)	園庭解放 夏の遊びを楽しもう
(私立) 牛田新町光明	222-3911	7/8(水)	ボールで遊ぼう
		7/29(水)	感触遊びを楽しもう(定員あり)
		8/5(水)	水遊びをしよう(定員あり)
桜が丘愛育園	229-1939	8/19(水)	プール遊ぼう(定員あり)
		7/7(火)	夜空に星を!七夕の会
サンヒルズ	289-7688	8/22(土)	夏祭り
		7/10(金)	夏の遊びを楽しもう
清水谷	289-0625	7/25(土)	子育て広場
		8/28(金)	劇団「おはなしドンドン」による人形劇
中山いづみこども園	289-8800	7/8(水)	色水遊びを楽しもう
		8/4(火)	エプロンシアターを見よう
広島光明学園	228-5595	7/23(木)	水遊びを楽しもう
		8/21(金)	音楽コンサート
		7/7(火)	足形アート/プレママパパ育児相談
		7/15(水)	こども広場
広島修道院	261-1519	8/24(月)	絵本読み聞かせ
		7/4(土)	子育て応援支援講座「親子リズムを楽しもう」
二葉学園	262-0027	7/14(火)	夏の遊びを楽しもう
		7/15(水)	親子制作※(HPより)
		7/27(月)	見学会※(HPより)

※8月1日号には、区内の幼稚園の8月分と9月分の記事を掲載予定です