くらしのガイド 南区版

区役所などへの問い合わせ・申し込みは11月2日㈰からお願いします。

健　康

地域支えあい課
☎250-4108、250-4109、250-4133、FAX254-4030

下記の集団検診を受ける人へ
※受診の際には、「受診券」を持参してください。健康診査を受診する人は、資格確認書類(マイナ保険証など)が必要です
※生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時70歳以上のいずれかであることを証明するものか、後期高齢者医療被保険者の人は、資格確認書類(マイナ保険証など)を持参した場合は無料です

■集団検診 いきいき
①健康診査、②肺がん検診、③大腸がん検診、④骨粗しょう症検診、⑤結核健診、⑥胃がん検診(X線検査)
※⑤はポイント対象外
対①～③今年度末で40歳以上(①国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者など、②③会社などで受診可能な人は除く)、④男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢、⑤今年度末で65歳以上、⑥今年度末で40歳以上(会社などで受診可能な人は除く)

期日	時間	会場
1/18㈰	9:00～11:00	楠那公民館
1/25㈰	9:00～11:00	宇品集会所

¥②③各400円、④1,000円、⑥1,100円　※大腸がん検診は、事前にがん検診受診券に同封のはがきで採便容器の請求を
⑦子宮頸がん検診 いきいき
⑧乳がん検診 いきいき
対⑦受診時20歳以上、⑧今年度末で40歳以上の女性(いずれも会社などで受診可能な人は除く。受診は2年度に1回)

期日	時間	会場
1/20㈫	9:30～11:00	区役所別館

¥⑦1,000円、⑧1,500円
申①～⑤当日会場で。⑥～⑧は集団検診予約ダイヤル(0120-489-431、平日9:00～16:30、電話でのやり取りが難しい人は、FAX504-2258)で。先着順
※インターネットでも予約可
市HP ページ番号 1003186

■栄養相談(予約制)
食事内容など、管理栄養士が個別で相談に対応。
日11月18日㈫9:30～10:30
場区役所別館
申電話(250-4108)かファクスで

■歯周病予防教室 いきいき
対市内に在住の人
日11月12日㈬10:00～12:00
場区役所別館
内歯周病について、歯周病予防のためのセルフケア
申電話(250-4108)かファクスで。先着50人

■認知症の人と家族の交流会
情報交換をして、悩みを語り合う場です。
日11月20日㈭13:30～15:00
場区役所別館
申初めて参加する人は電話(250-4109)かファクスで

■医師による心の健康相談
対憂鬱、不眠、お酒、認知症などで悩んでいる人や周りの人
日11月19日、12月3日の㈬、13:30～15:00
場区役所別館
申各開催日前日の12:00までに、電話(250-4133)で

原爆被害対策部援護課
☎504-2195、FAX504-2257

■被爆者健康診断 いきいき

期日	時間	会場
11/9㈰	9:30～11:00	向洋新町会館
11/13㈭		似島公民館
11/18㈫		段原南一丁目集会所
	13:30～14:30	渕崎会館
11/25㈫	9:30～11:00	東青崎集会所
	13:30～14:30	堀越集会所

※肺がん検診を同時に受診可

■被爆者胃がん・肺がん検診 いきいき

期日	時間	会場
11/13㈭	9:00～11:00	似島公民館

子育て

地域支えあい課
☎250-4133、FAX254-4030

■離乳食教室-スタート編-
教室のほか、離乳食に関する相談にも管理栄養士が対応。
※電話相談はいつでも可
対4～6カ月児の保護者
日11月25日㈫10:00～11:30
場区役所別館
内離乳食の進め方と調理実演
申アプリ「母子モ」か電話で

■離乳食教室-お誕生日頃編-
対9～15カ月児の保護者
日12月9日㈫10:00～11:30
場区役所別館
内離乳食から幼児食への進め方
申アプリ「母子モ」か電話で

催　し

障害者基幹相談支援センター
☎207-0636、FAX207-0626

■障害福祉相談会
日11月12日㈬10:30～12:00(受け付けは11:30まで)
場区役所別館
内福祉サービス利用の相談など
申電話で

南区図書館
☎251-1080、FAX252-4120
休㈪(23日は除く)、4日、24日～12月1日

■こぐまちゃんクラブ
対乳幼児と保護者
日11月10日㈫10:30、11:05から
内絵本の読み聞かせやわらべ歌など

■おはなし会
対幼児以上
日11月21日㈯11:00から
内絵本の読み聞かせなど

かけっこ教室
対小学校①1年生、②2・3年生
日11月29日㈰①9:30～10:30、②11:00～12:00
場区スポーツセンター
¥900円
持室内シューズ
申事前に直接か電話で。定員各20人
問☎251-7721、FAX251-7701
休㈫(3日は除く)

高齢者囲碁大会 いきいき
対区内に在住で、昭和43年4月1日以前に生まれた人
日12月10日㈬10:00～16:00
場区役所別館
¥会員1,000円、一般1,400円(弁当代含む)
申会員は各学区会長経由、一般ははがきかファクスで、住所、氏名、生年月日、電話番号、段級位を記入して、11月25日㈫(必着)までに区老人クラブ連合会事務局(〒734-0022 東雲三丁目16-32 東雲老人福祉センター内)へ
問☎、FAX284-4331
休㈫、㈯、㈰、㊗

青少年健全育成大会
日11月14日㈯13:30～16:00
場区民文化センター
内地域・社会・家庭の取り組むべき問題について考える
【発表者】区内の中学校と高等学校の代表
問地域起こし推進課(☎250-8935、FAX252-7179)

行政困りごと相談
役所の仕事に関する困りごとなどに行政相談委員が対応します。

日程	時間	会場
11/8㈰	9:30～15:30	宇品公民館
11/21㈯	10:00～15:00	仁保公民館
11/22㈰	10:00～14:30	仁保公民館
11/28㈯	10:00～15:00	県立産業会館

問総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、FAX228-4955)

弁護士無料相談
日12月16日㈫13:00～16:00
場区役所別館
内親子関係、破産などの相談を弁護士が受け付ける
※相談時間は1人(1組)30分
申電話かファクスで、12月4日㈮までに、区社会福祉協議会へ。先着6人(組)
問☎251-0525、FAX256-0990
休11月15日

＋400mL献血にご協力を＋

日程	時間	会場
11/5㈬	13:00～16:00	荒神町小学校
11/7㈯	9:30～12:00	ゆめタウンみゆき
	13:15～16:00	
11/12㈬	13:00～16:00	段原集会所(松川公園内)
11/14㈮	9:30～11:30	仁保公民館

問生活課(☎250-4103、FAX254-9184)

家族介護教室 いきいき
対高齢者を介護している家族や近隣の援助者

日時	教室名	場所	申し込み先
11/11㈫ 11:00～13:00	がんばる介護者のためのほっこりクッキング-旬の秋ごはんを時短で作る-	宇品公民館	特別養護老人ホームでじま・くにくさ(☎256-9293、FAX251-8787)、先着16人
11/12㈬ 14:00～15:30	転倒予防から介護負担軽減まで-福祉用具の活用で変わる毎日の生活-	光清学園	居宅介護支援事業所光清苑(☎252-0588、FAX207-0229)、先着30人
11/21㈯ 10:00～11:45	プチデイサービス体験！要介護者の立場でみえること	広島和光園	特別養護老人ホーム広島和光園(☎252-8070、FAX252-8220)、先着20人

問地域支えあい課(☎250-4109、FAX254-4030)

市民公開講座　「のど」から始めるフレイル予防 いきいき
日来年1月16日㈯14:00～16:00　場区民文化センター

	内容	講師
基調講演	「食べる」に必要なのどの力	県立広島病院小児感覚器科・益田慎氏
特別講演	老いはのどからやってくる	フリーアナウンサー、元NHKアナウンサー・宮本隆治氏

申同講座HPかはがき、ファクスで、代表者氏名・住所・電話番号・年齢・参加人数を12月16日㈫(必着)までに、「1/16南区市民公開講座」係(〒730-0013　広島市中区八丁堀11-28　1F)へ。抽選500人。当選者には12月25日㈭までに聴講券を送付
※当日は事前に発行する聴講券が必要
問区市民公開講座事務局(広島朝日広告社内)(☎228-0131、FAX221-1718)


◀宮本隆治(みやもとりゅうじ)氏

保育園・幼稚園に遊びに来てください(11月分)
対保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者
問各園へ　★は予約が必要
車で来園できない園もあるので、詳しくは直接園へお問い合わせを

保育園名	電話	日時		内容
荒神	262-6983	25㈫	10:00～11:00	★体を動かして遊ぼう
大州	286-4554	27㈭	10:00～11:00	自然物を使って遊ぼう
青崎	281-2493	30㈰	10:00～11:00	★一緒に遊ぼう(運動遊び)
皆実	253-9415	10㈫	10:00～11:00	自然物で遊ぼう
大河	251-4894	㈯ ※28は除く	10:00～11:00	サタデー広場
仁保新町	282-4778	5㈬	10:00～11:00	★ゴーゴー保育園!一緒に遊ぼう
仁保	281-1539	㈯	10:00～11:00	サタデー広場
楠那	251-6843	11㈫	10:00～11:00	リズム遊びを楽しもう
宇品東	254-1600	5㈬	10:00～11:00	自然物で遊ぼう
元宇品	251-2709	6㈭	10:00～11:00	★一緒に遊ぼう(自然物)
出島	254-6319	14㈯	10:00～11:00	サタデー広場
似島	259-2131	13㈭	10:15～11:15	自然物で遊ぼう
うじな	251-4833	㈬	10:00～11:30	園庭開放
みみょう	282-6366	㈭	10:00～12:00	主に発達を促す遊びと発達相談、園開放、保育講座、誕生会など
第二みみょう	283-0900	㈪・㈫ ※23は除く	10:00～12:00	管理栄養士による栄養相談、健康相談、身体計測、園開放、保育講座など
日出みみょう	569-4455	28㈯	10:00～12:00	木の実や葉っぱに触れて遊ぼう
段原みみょう	568-8330	㈫・㈬ ※3は除く	10:00～12:00	園開放・育児相談
ナーガ	255-8222	㈯ ※14は除く	9:30～10:30	園庭開放
第二ナーガ	250-8022	17㈫	10:00～11:00	★園庭開放
アイグラン保育園仁保	258-1220	7㈯	10:00～11:00	★園庭開放・離乳食教室
レガロ・バンビーニ	261-0415	4㈬	10:00～11:00	★Regalo Land -ミニミニうんどうかい-(対未就園児と保護者)
にこにこ	254-6906	24㈫	10:00～11:00	★水や土に触れて遊んだり、リズム遊びを楽しむ
りらっくす段原	225-7202	25㈬	10:00から	★人形劇を楽しもう
みなみ愛児園	251-2508	26㈭	10:00から	★誕生日会(誕生月の子のみ参加可)

幼稚園名	電話	日時		内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせを		園庭開放
安芸	251-0451	12㈭、27㈭	10:00～11:30	★園庭開放
あさひ	254-2153	12㈭	10:00から	親子体操・フープ遊びなど
大洲	281-0403	26㈭	10:00～11:30	園庭開放
こうわ	890-2226	26㈭	10:00～11:30	★園庭開放
親和	254-3313	11㈬	10:00～11:30	★親子教室
清美	281-0477	10㈫	10:30～11:30	園庭開放、★親子触れ合い広場
谷の百合	251-6351	5㈭	9:30～10:30	園庭開放、絵本、歌遊び、育児相談
比治山	261-3526	24㈫	10:30～12:00	★季節の歌、親子遊び、園庭開放
広島マリア	253-0337	5㈭	10:00～11:00	★マルシェ
フレーザー	251-6865	19㈭	9:00～10:30	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	4、18の㈬	10:00～11:30	園庭開放
みみょう	261-5330	㈫・㈭ ※3は除く	10:00～12:00	絵本の読み聞かせ、手作り遊び、育児相談など
洋光	281-5900	7㈯	10:15から	親子体操