くらしのガイド 西区版



※区役所などへの問い合わせは、11月2日㈪からお願いします

子育て

地域支えあい課

☎294-6235、FAX294-6113

■離乳食教室スタート編

対4～6カ月児の保護者(こども同伴可)

日11月27日㈭10:00～11:30

場区地域福祉センター

内離乳初期を中心とした離乳食の進め方(話、調理実演、相談)

申アプリ「母子モ」か電話で。先着15組



健　康

生活課

☎294-6109、FAX294-6311

■献血にご協力を

日	時間	会場
11/7㈯	10:00～14:30	井口小学校
11/9㈪	9:00～12:00	古田公民館
	10:00～13:00 14:15～16:00	KOI PLACE
11/21㈯	10:00～11:30 12:45～16:00	フジ井口店駐車場
11/26㈭	9:30～13:00 14:15～16:00	観音公民館
11/28㈯	9:30～12:00 13:30～16:00	古田台小学校

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

日	時間	会場
11/11㈫	9:30～11:00	井口集会所
11/27㈭		井口公民館
11/30㈰		三篠北町集会所
	13:30～14:30	三滝本町集会所

※肺がん検診を同時に受診可

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235
FAX294-6113

■栄養相談日

日11月10日㈫9:30～11:30

場区地域福祉センター

内管理栄養士による食生活の個別相談

申電話(294-6235)で。先着4人

■認知症の人と家族の会 いきいき

日11月11日㈫13:00～15:00

場区地域福祉センター

内介護の悩みを話し合う座談会

申電話(294-6289)で、同課へ

■エイズ相談・迅速検査

日11月10日～24日の㈫、9:00～11:00

場区地域福祉センター

内エイズに関する個別相談、抗原・抗体検査を匿名で実施　※肝炎・梅毒検査も同時に受診可

申市HPか電話(294-6235)で。先着各日5人

■ひまわり会(心の病気を抱える人の家族の会)

日11月19日㈬13:30～15:30

場こころホスピタル草津福祉施設

内座談会などで悩みを語り合い、理解を深め合う(施設見学あり)

申電話(294-6384)で

■精神科医師による心の健康相談

日11月26日㈭13:30～15:00

場区地域福祉センター

内不眠や対人関係、物忘れなど

申電話(294-6384)で、11月24日㈫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) いきいき、②肺がん・大腸がん検診注 いきいき、③結核健康診断、④骨粗しょう症検診注 いきいき

対今年度末で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	時間	会場
11/11㈫	9:30～11:30	井口集会所
11/27㈭		井口公民館
11/30㈰		三篠北町集会所
	13:30～14:30	三滝本町集会所

¥②各400円、④1,000円

■ミニ人間ドックの集団検診

①健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査など) いきいき、②肺がん・大腸がん検診注 いきいき、③胃がん検診(X線)注 いきいき、④結核健康診断、⑤乳がん検診注 いきいき、⑥子宮頸がん検診注 いきいき、⑦骨粗しょう症検診注 いきいき

対今年度末で①②③40歳以上、④65歳以上、⑤40歳以上の女性(受診は2年に1回)、受診時に⑥20歳以上の女性(受診は2年に1回)、⑦40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	時間	会場
来年1/7㈬	9:00～11:30	区地域福祉センター
1/28㈬	10:00～12:30	LECT

¥②各400円、③1,100円、⑤1,500円、⑥⑦各1,000円

申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FAX504-2258)へ

■①子宮頸がん検診注 いきいき、②乳がん検診注 いきいき

対①受診時に20歳以上の女性(受診は2年に1回)、②今年度末で40歳以上の女性(受診は2年に1回)　※いずれも会社などで健診・検診を受けられる人は除く

日	時間	会場
1/6㈫	9:30～11:00	楠木会館

¥①1,000円、②1,500円

申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FAX504-2258)へ

注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

持受診券、健康診査を受診する人はマイナ保険証か資格確認書のいずれか

※大腸がん検診は、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

地域起こし推進課

☎532-0927、FAX232-9783

■やまなみハイキング

日11月28日㈯8:10受け付け

【集合場所】己斐公民館

内初心者コース(見越山(みこしやま)～己斐峠(ちゃうす))、健脚コース(見越山～茶臼山(ちゃうすやま)など)に分かれて登山

申区HPか電話で、11月13日㈭までに。各コース抽選20人

■三滝ファミリー自然体験講座

対小・中学生を含む家族

日12月5日㈯9:00～12:00

場三滝少年自然の家

内三滝山の木を使ってスプーン・フォークの柄を作る

申区HPか電話で、11月13日㈭までに。抽選8組

コジマホールディングス西区図書館

☎234-1970、FAX295-9287
休㈪(23日は除く)、4日、24日、27日

■えほんくらぶ

対乳幼児と保護者

日11月13日㈭11:00から

内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

対幼児以上

日11月14日㈯11:00から

内昔話やわらべ歌など

■おはなし会

対幼児・小学生

日11月28日㈯11:00から

内絵本の読み聞かせなど

■わいわいこどもまつり

対幼児・小学生

日12月5日㈯14:00～14:40

場区民文化センター

内英語のうた遊びや絵本の読み聞かせ、パネルシアターなど

申直接か電話、ファクスで。先着15人

井口公民館

☎、FAX277-9258
休㈫、㈷、4日

■西国街道ぶらり旅-いのくち歴史の散歩道- いきいき

対18歳以上

日11月29日㈰13:00～16:00

【集合場所】井口集会所

内井口地区の西国街道沿いの史跡の一部を巡り、歴史や文化を学ぶ

申直接か電話で。先着20人

いきいきプラザ

☎231-1472、FAX231-1474
休㈫、㈷、4日

■ふくしま地区文化祭 いきいき

日11月14日㈯10:00～21:30、15日㈰10:00～15:00

内活動団体の舞台発表、展示、バザーなど

竜王公園管理センター

☎、FAX237-9880

■秋のわくわくパーク

日11月22日㈰10:00～15:00(雨天中止)

内花植え体験や、ビニール袋ロケット体験など。詳しくは、同センターインスタグラムで



行政困りごと相談所

役所の仕事や手続きに関する困りごとに行政相談委員が対応します。

日11月27日㈭13:00～16:00　場南観音公民館

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

草津公民館まつり

公民館の利用グループや地域で活動している団体などの発表、開館50周年の記念行事を行います。詳しくは同公民館HPで。

日11月7日㈯10:00～15:00、8日㈰10:00～13:30(展示・バザーは13:00まで)

場草津公民館、草津東集会所　※公共交通でお越しを

内舞台発表、展示、バザー、市消防音楽隊の演奏など

問草津公民館(☎271-2576、FAX271-2642)

休㈫、㈷、4日

西区青少年健全育成大会-青少年によい環境をあたえる運動-

「青少年によい環境をあたえる運動」をテーマに、次世代を担う青少年の意見を聞き、地域や社会、家族の取り組むべき問題について考えませんか。

日11月21日㈯13:30～16:30(13:00開場)　場区民文化センター

内天満・中広地区青少年健全育成連絡協議会の活動事例発表、区内小・中学校の意見発表など

問地域起こし推進課(☎532-0927、FAX232-9783)

柳家福治(やなぎやふくじ)独演会

広島出身の真打落語家による独演会シリーズ。第55回目は広島市出身の柳家福治さん(右写真)による独演会(【演目】藪(やぶ)入りほか)です。

日11月28日㈯14:00開演(13:30開場)

場西区民文化センター

¥前売り2,000(当日2,500)円

申チケットはアステールプラザか区民文化センター(西・東・南・安芸)で。事前予約は西区民文化センターHPか電話、ファクスで

問西区民文化センター(☎234-1960、FAX293-1860)

休㈪(23日は除く)



家族介護教室 いきいき

高齢者を介護している家族などが、介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などについて学ぶ教室を開催します。

対高齢者を介護している家族や近隣の援助者

日時	会場	テーマ
①11/18㈫ 10:00～12:00	鈴が峰会館	自宅でできる!ツボ押し健康法! -すぐ使える特効ツボ-
②11/26㈭ 14:00～15:30	己斐公民館	眠れていますか?よりよい睡眠のための健康管理

申①電話(270-0145)で、特別養護老人ホームともの家へ、②電話(275-0066)で、特別養護老人ホーム第三いこいの園へ

※感染症のまん延などにより開催を延期または中止する場合あり

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・副菜のそろ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。今月は医師や管理栄養士、保健師との個別健康相談会と血管年齢測定会(受け付けは12:30～13:00)も併せて実施します。

日11月19日㈬12:00～13:30

問地域支えあい課(☎294-6235、FAX294-6113)



いっしょに遊ぼうよ　常設オープンスペース にしくニコニコひろば

こ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。

対0～2歳児と保護者

日㈪～㈮の10:00～15:00

場区地域福祉センター

問地域子育て支援センター(☎503-6288、FAX294-6113)

休㈯、㈰、㈷



紬稀(つむぎ)ちゃん(11カ月)とお母さん