



中区のまちづくりの
マスコットキャラクター
「なかちゃん」

なか

いき 活 き 中 区

おうち時間に！ 筋トレ動画

江戸時代の広島に暮らす人々・動物のポーズを取り入れた「西国街道筋トレ」。当時の文化や暮らしにまつわる歴史話も！

あなたの子育て応援します！

子育ての悩みを一人で抱え込んでいませんか？
そんな時に利用してほしい、お役立ち情報を紹介します。
固中保健センター（☎504-2109、☎504-2175）、中区地域子育て支援センター（☎504-2174、☎504-2175）

中保健センター・中区地域子育て支援センター

保育士と保健師、管理栄養士が面接や電話などで、育児の悩みや子育てに関する相談を行っています。また、子育てオープンスペースや地域の子育てサークルの紹介、育児講座の開催を行っています。



「赤ちゃんが泣きやまない」
「子どもの生活リズムが崩れてしまった」「育児に疲れてしまった…」
などがありましたら、お気軽にご相談ください。

オンライン「おしゃべり広場」

オンラインで気軽に交流できる「おしゃべり広場」を開催しています。

☎未就園児とその保護者

回①12月16日(木)10:30～11:00

②12月23日(木)10:45～11:15

☎①一緒におしゃべりしましょう！

②こどもの生活習慣向上教室(お話)「テレビを見る時間を決めよう」

☎メール(ikuchan-hiroshimacity2137@docomo.ne.jp)で中区地域子育て支援センターへ。①定員3組、②定員10組 ※参加するためにはスマートフォンやタブレットなどに「Zoom」のインストールが必要です



健康相談室

保健師・子育て支援相談員による乳幼児の身体測定や、子どもの健康に関する相談を行っています。ちょっとしたことでも気軽にご相談ください。(会場、日程は7ページをご覧ください。)

※12月の日程は市ホームページで **市HP** ページ番号 **20202021**



地域の子育てサークル

親子で集まって、触れ合ったり、身体を動かしたり、楽しく活動しています。興味のある人は中区地域子育て支援センター（☎、☎上記）にお問い合わせください。



子育てオープンスペース に行ってみよう！

乳幼児の遊び場で保護者同士の交流の場でもあります。一度遊びに来てみませんか。

※新型コロナウイルス感染症の影響で、開催が変更・休止になる可能性があります。事前にお問い合わせください



常設のオープンスペース



つどいの広場 げんキッズ

回午前10時～午後3時(予約制)
場健康科学館(千田町三丁目8-6)
☎同館(☎246-9100、☎246-9109)
休月曜日(祝・休日を除く)、祝・休日の翌日、年末年始など



子育てオープンスペース つばさ

回午前10時～午後4時(予約制)
場立町ウイングビル5階(立町6-1)
¥1日100円
☎同スペース(☎、☎246-0024)
休日曜日、祝・休日、年末年始

地域のオープンスペース

地域の皆さんが運営主体となり、公民館、児童館、集会所などで開催しています。会場、日程は7ページをご覧ください。

利用者の声



いわさあやか
岩佐采茄さん

中央公民館の「ちゅうこう」に行ってきました。普段、日中は親子2人きり。オープンスペースにはいろいろな年のお子さんがあるので刺激をもらえます。また家にはないようなおもちゃがたくさん置いてあり、子どもがとても喜んでます。

サポーターの声



中央公民館
子育てサポーター
金子留里さん

地域の親子が元気に過ごせるように、少しでも応援したいと始めた活動ですが、逆に私が親子さん達の様子に元気をもらっています。どんな時でも大切な「つながり」が切れないように、最近ではオンラインでのオープンスペースにも挑戦中です。たくさんの親子さん達と出会えることを、これからも楽しみにしています。

新型コロナウイルス感染症対策を行っています！

親子で安心して足を運んでもらえるように、小まめな換気や消毒、体温測定や人数制限など、さまざまな感染症対策を行っています

