

くらしのガイド 中区版



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、催しなどが中止になる場合があります。開催状況は各主催者にお問い合わせください。

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

健康相談日
医師、管理栄養士、保健師が個別に健康相談に応じます。
2月24日(木)9:30~11:30(30分ごとの予約制)
中保健センター
直接か電話で
エイズの検査・相談
匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で分かります。
毎週(月)の18:00~19:40、(水)の9:00~11:00(23日を除く)



栄養相談日
3月1日(火)13:30~15:30(30分ごとの予約制)
中保健センター
直接か電話で
専門医による心の健康相談
気分が落ち込む、眠れないなどの心の不調で悩んでいる人やその周りの人の相談に応じます。
2月10日(木)、24日(土)の13:30~15:00
中保健センター
直接か電話で同課地域支援第一係(☎504-2109)へ

原爆被害対策部援護課
☎504-2195、☎504-2257
被爆者子宮がん・乳がん検診
3月8日(火)9:30~11:00
基町中央集会所
直接か電話で

催し

中央公民館
☎221-5943、☎221-5118
(休火)、11日(祝)、23日(祝)
春を呼ぶミモザのリース作り
20歳以上
2月27日(日)13:30~15:30
ミモザのリース作り(直径25cm程度)
¥3,000円
花切りハサミ(持っている人)、持ち帰り用袋
直接か電話で。先着10人
竹屋公民館
☎☎241-8003
(休火)、11日(祝)、23日(祝)
子どもお茶教室
小学生・中学生(保護者同伴の幼児も可)
2月20日(日)14:00~15:00

¥100円
直接か電話で前日までに。先着10人

舟入公民館
☎☎295-5003
(休火)、11日(祝)、23日(祝)

パパのためのベビーマッサージ
生後2カ月から1歳2カ月までの乳幼児とパパ(ママも同伴可)
2月20日(日)①10:30~11:00、②11:30~12:00
¥500円
直接か電話で前日までに。先着各回4組

吉島公民館
☎246-4121、☎246-4127
(休火)、11日(祝)、23日(祝)

Yoshijima Wild Life講座
「はじめてのポッチャ」
20歳以上
2月26日(土)10:00~12:00
ポッチャの体験会
【講師】県ポッチャ協会
直接か電話で2月24日(木)までに。先着20人

吉島おもちゃ病院
2月20日(日)10:00~15:00(受け付けは12:00まで)
壊れたおもちゃの修理
中区図書館(JMSアステールプラザ内)
☎248-9300、☎247-8447
(休月、15日(火)、24日(木))

大人のための図書館セミナー
「エンディングノートを書いてみよう 終活への備え-相続・遺言・後見人制度について-」
2月25日(金)14:00~16:00
【講師】行政書士・芳村香於里氏
直接かファクス、電話で。先着30人
※手話通訳、要約筆記の申し込みは2月13日(日)まで

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)

なかスポげんキッズ
①来年度小学生になる幼児、②小学校1~3年生
2月15日(火)①16:15~17:15、②17:30~18:30
マット・鉄棒などを使った運動遊びで体力づくり
¥500円
直接か電話で。先着①14人、②20人

吉島屋内プール
☎249-8591、☎249-2231
(休水)
やさしいフィットネス&水中運動
18歳以上
2月3日~24日(木)、14:30~15:30

プールサイドと水中でさまざまな道具を使って運動
各日600円
直接か電話で。先着各日12人
アクアズンパ
中学生以上
2月4日、18日、25日(金)、19:30~20:30
ラテンのリズムに乗りながら、水中で楽しくダンス
各日600円
直接か電話で。先着各日20人

子育て

地域支えあい課
☎504-2109、☎504-2175

離乳食教室(スタート編)
生後4~6カ月の乳児の保護者
2月25日(金)10:00~11:00
中保健センター
直接か電話で。先着10人程度

離乳食教室(お誕生日頃編)
生後9~12カ月の乳児の保護者
3月4日(金)10:00~11:00
中保健センター
直接か電話で。先着8人程度

3月の乳幼児の健康相談室
期日 会場 時間
3/1(火) 中保健センター 13:30~15:00
3/2(水) 吉島公民館 9:30~11:00
3/4(金) 竹屋公民館
3/9(水) 白島老人集会所
3/10(木) 江波児童館
3/14(月) 舟入公民館
3/16(水) 本川児童館

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
電話で同課へ

お知らせ

市・県民税の申告相談
2月10日(木)~3月15日(火)(土)・(日)・(祝は除く)の9:00~16:00

中区役所3階会議室
給与と年金の源泉徴収票など
昨年1年間の収入が分かるもの、医療費の明細書など、社会保険料の領収書、国民年金保険料・生命保険料・地震保険料の支払証明書、マイナンバーカードなどの本人確認書類など

要約筆記ボランティア入門講座(全3回)
期日 会場 時間
2/26(土) 区地域福祉センター 10:00~12:00
3/1(火) 19:00~20:50
3/5(土) 10:00~12:00

間こえの不自由な人の理解、要約筆記の体験など
【講師】要約筆記サークルおりづる中支部
電話かファクスで区社会福祉協議会へ。先着20人
☎249-3114、☎242-1956

女性のための健康講座

3月2日(水)13:30~15:00 区地域福祉センター
医師による健康教室・個別健康相談、アロマの香り体験
【講師】さだもりレディースクリニック院長・貞森理子氏、アロマコーディネーター・越石悠子氏
直接か電話で地域支えあい課へ。先着30人(個別相談は10人)
☎504-2528、☎504-2175

保育園・幼稚園の子育て支援事業

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 ※は予約が必要



Table with columns: 園名, 電話番号, 日時(2月), 内容など. Lists various childcare activities across different facilities.

子育てオープンスペース

0歳から未就園までの子どもたち、お父さん・お母さんのための子育て交流広場です。



Table with columns: 会場・問い合わせ, オープンスペースの名称, 日時. Lists open space events across various locations.

*開催については、各問い合わせ先に確認してください