

くらしのガイド

安佐北区版

市役所・区役所への問い合わせ・申し込みは3月3日(月)から

献血にご協力を

400mlのみの受け付けです。

開催日	会場	時間
3/15(土)	マックスバリュ高陽店	10:00～12:30 13:45～16:00

関生活課
(☎819-0575、☎819-0602)

健康

原爆被害対策部 (☎504-2195) 援護課 (☎504-2257)

被爆者健康診断

開催日	会場	時間
4/2(水)	安佐公民館	9:30～11:30

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者子宮がん・乳がん検診

開催日	会場	時間
3/7(金)	亀山公民館	9:30～11:00
3/17(月)	白木公民館	

地域支援あい課

☎819-0616、819-0586 ☎819-0602

精神保健福祉家族会「あゆみ会」の会員が対応する家族相談会

回3月5日～26日の(水)、10:00～12:00

場区総合福祉センター

☎電話 (819-0616) で

骨粗しょう症検診

関男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢の人、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢の人

開催日	会場	時間
3/6(木)	真亀公民館	9:00～11:30
3/13(木)	亀山公民館	

¥1,000円

関年齢が確認できるもの

申当日会場で

精神科医師による心の健康相談

関夜眠れない、心身の不調、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人

回3月13日(木)13:30～15:00

場区総合福祉センター

申☎電話 (819-0616) で、3月12日(水)までに。先着2人

子育て

地域支援あい課

☎819-0616、819-0586 ☎819-0602

常設オープンスペース

乳幼児と保護者、妊婦が気軽に集い交流できる場です。イベント情報など詳しくは右二次元コードで。

スマイルあさきた

回平日の10:00～15:00

場区総合福祉センター

関地域子育て支援センター (☎819-0617、☎819-0602)

すずらんひろば高陽

回平日の10:00～15:00

場高陽タウンセンタービル(亀崎一丁目2-4)

¥1家族につき100円/回

関☎516-5353、☎516-5355

OPEN SPACE ひすい可部

回(月)～(土)の9:00～14:00 (祝、(休)は除く)

場安佐医師会病院等合築施設内(可部南二丁目1-38)

¥1家族につき登録料100円/年、利用料100円/回

申イベント時のみ電話かショートメールで

関☎090-9391-0193

健康相談室

開催日	会場	時間
3/10(月)*	高陽公民館	9:30～11:00
3/12(水)	真亀公民館	
	日浦公民館	10:00～11:00
	白木公民館	
3/14(金)	亀山公民館	9:30～11:00
	三入公民館	
3/18(火)*	区総合福祉センター	10:00～11:00
3/18(火)	久地南集会所	
3/21(金)	安佐公民館	
3/28(金)	口田公民館	

*管理栄養士による栄養相談も併せて行います

関健康・育児相談、身体測定

関母子健康手帳、バスタオル

9カ月からの離乳食教室

関9～12カ月児の保護者

回3月13日(木)10:00～11:30

場区総合福祉センター

関後期・完了期の進め方の話と展示

申☎電話 (819-0586) か

ひろしま子育て応援アプリ母子モで。先着12人

ベビーマッサージ教室

関生後2～5カ月の乳児と保護者

回3月17日(月)10:00～12:00

場区総合福祉センター

【講師】なゆた助産所助産師・中岡祐子氏

申☎電話 (819-0617) かひろしま子育て応援アプリ母子モで。先着10人

関地域子育て支援センター (☎819-0617、☎819-0602)

栄養相談日

管理栄養士が、赤ちゃんから高齢者までの普段の食事について相談に応じます。

回3月19日(水)9:30～11:30。1人30分程度

場区総合福祉センター

申☎電話 (819-0586) で。先着4人

催し

大和興産安佐北区スポーツセンター

☎843-4999 ☎843-4998 (休(水))

バレトンで美姿勢づくり

関18歳以上

回3月3日～17日の(月)、10:30～11:30

関フィットネス、バレエ、ヨガを融合したエクササイズ

¥500円/回

申当日10:15から窓口で。先着各30人

リフレッシュヨガ(ナイト)

関18歳以上

回3月3日～17日の(月)、19:15～20:45

関ヨガで心身ともにリフレッシュ

¥500円/回

申当日19:00から窓口で。先着各30人

おとなのダンスエクササイズ-Party&Groove-

関18歳以上

回3月4日～18日の(火)、10:00～11:00

関ディスコダンスとフィットネスを融合した新しいダンス系エクササイズ

¥500円/回

申当日9:45から窓口で。先着各30人

正しい水中ウォーキング

関18歳以上

回3月6日、13日の(木)、13:30～15:00

関水中ウォーキングを中心とした、1人でもできる水中運動の紹介と実践

¥500円/回

申当日13:15から窓口で。先着各16人

Let'sピラティス&骨盤体操

関18歳以上

回3月6日、13日の(木)、14:30～15:30

関バランスボールなどでインナーマッスルを鍛える

¥500円/回

申当日14:15から窓口で。先着各30人

安佐北ソフトバレー交流会



関18歳以上

回3月6日、13日の(木)、10:00～12:00

関交流試合 ※チームでも個人でも参加可

¥500円/回

申当日9:45から窓口で。先着各40人

リフレッシュヨガ(金曜アフタヌーン)

関18歳以上

回3月7日～21日の(金)、13:30～15:00

関ヨガで心身ともにリフレッシュ

¥500円/回

申当日13:15から窓口で。先着各30人

安佐北区民文化センター

☎814-0370 ☎814-0770 (休(月))

ASA KITA サロンコンサート

回3月9日(日)14:00開演

関ピアノ連弾

【出演】Duo Mème âge

おためしステージ演奏会

音響反射板を設置したホールでピアノの試奏や持ち込み楽器の演奏ができます。

回3月14日(金)16:00～20:00、15日(土)、16日(日)の10:00～20:00 ※1時間ごとに1組の利用。1組は連続で2時間まで利用可

¥2,000円/時間 ※電源を利用する場合は別途250円/時間

申☎電話か窓口で。先着順

あさきたダンススタジオ

回3月22日(土)～4月6日(日)の10:00～18:00 ※1時間ごとに1組の利用。1組は連続で2時間まで利用可

関ダンスの練習場として音楽室を利用可 ※営利団体の利用や観客を入れての利用は不可

¥1,200円/時間 ※電源を利用する場合は別途250円/時間

関☎電話か窓口で。先着順

あさきた神楽公演



回3月23日(日)14:00開演

【出演】あさひが丘神楽団

【演目】平治の乱、日御碕

¥エリア指定席1,200(中学生以下300)円、自由席1,000円(中学生以下無料)

申エリア指定席チケットは同センター、セブンイレブンで販売。当日13:00から同センターでエリア指定席(前日までの残り券)と自由席を販売

【出場者募集】歌え!あさきた歌自慢 春の部

回4月27日(日)10:30開演

関カラオケ大会

¥5,000円/人

申募集チラシ裏面に必要事項を記入し、4月6日(日)までに、同センターへ。募集チラシは同センター、区内公民館で。先着60組

安佐北区図書館

☎814-0340 ☎814-0604 (休(月)、21日、28日)

関図書の展示「名探偵になろう」

回3月30日(日)まで

関探偵小説、ミステリに関する図書の展示

おはなし会			
日時	対象	読む人	
3/15(土)	14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある
3/20(祝)*	10:30 11:00	乳幼児と保護者	図書館職員
3/23(日)	14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしポケット

関絵本の読み聞かせ、手遊びなど

申当日会場で *20日は10:00から整理券を配布。先着各10組

認知症の人と家族の会の集い

認知症の人とその家族や支援者などが集まり、認知症や介護について学び、悩みを相談できる場です。

開催日	会場	時間
3/11(火)	生協ひろしまコープ高陽	10:00～12:00
3/17(月)	区総合福祉センター	13:30～15:00

関地域支援あい課

(☎819-0587、☎819-0602)

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。

開催日	会場	時間
3/6(木)	安佐公民館	14:00～16:00
3/12(水)	白木公民館	13:30～16:00
3/14(金)	真亀公民館	13:00～16:00
3/19(水)	※区役所	
4/3(木)	安佐公民館	14:00～16:00

※区役所での相談のみ、当日8:30から要電話予約(区政調整課☎819-3903)

関総務省中国四国管区行政評価局 (☎228-6173、☎228-4955)

安佐北演劇空間

区内を拠点に活動している劇団が集う演劇イベントです。個性豊かな劇団の舞台をお楽しみください。

回3月23日(日)13:30～16:30(13:00開場)

場可部公民館ホール(区総合福祉センター8階)

出演	演目
あさきた親子ミュージカル	ジャックと豆の木、ピノキオ物語
あさきた Asakita 舞台表現クラス	思い出の化け怪ーザ☆チェンジ-おばけな一日-
劇団春一番	春の夜の夢

関可部公民館 (☎814-4031、☎814-4721)



Asakita舞台表現クラス

子育て支援相談員募集!

関保育士、幼稚園教諭、小学校教諭の資格か免許を持っている人

関乳幼児健診、地域の子育てオープンスペースなどで手遊び、絵本の読み聞かせ、子育て相談など

【募集人数】若干名

【謝礼】半日(おおむね3時間)で2,660円(令和6年度実績)

【活動日】随時相談

関地域子育て支援センター (☎819-0617、☎819-0602)



区常設オープンスペース

一緒に子育て家庭を応援しませんか

