

くらしのガイド

佐伯区版

市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは2月3日(月)からお願いします。

健康

※会場の表記のないものは区役所別館で実施します

健康長寿課

☎943-9731 ㊟923-1611

■栄養相談日

㊟2月13日(木)午前9時半～11時
㊟管理栄養士による食事相談、汁物の塩分チェック[※]
㊟事前に電話で
■認知症の人と家族の会
㊟2月20日(木)午後1時半～3時半
㊟ミニ講座「福祉サービス利用援助事業かけはしについて」、座談会
【講師】区社会福祉協議会職員

保健福祉課

☎943-9733 ㊟923-1611

■こころの相談

㊟2月20日(木)、3月5日(木)午後1時半～3時
㊟精神科医による個別相談
㊟事前に電話で同課へ。先着各日3人

原爆被害対策部 援護課

☎504-2195 ㊟504-2257

■被爆者健康診断

期日	会 場	時 間
2/17(月)	八幡東公民館	9:30～11:30
2/19(水)	楽々園公民館	9:30～11:30 13:00～15:00
2/21(金)		
2/27(木)	八幡東公民館	9:30～11:30
2/28(金)	彩が丘公民館	
3/4(水)	五日市中央公民館	9:30～11:30
3/6(金)	坪井公民館	
3/9(月)	石内公民館	9:30～11:30
3/10(火)	皆賀公民館	
3/13(金)	薬師が丘第一集会所	9:30～11:30 13:00～15:00
	河内公民館	

※肺がん検診を同時に受診できます

■被爆者胃がん、肺がん検診

期日	会場	時間
2/28(金)	彩が丘公民館	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30

■被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
2/28(金)	五日市中央公民館	9:30～11:00
3/11(水)	薬師が丘第一集会所	

※胃がん・子宮がん・乳がん検診は予約制です
㊟電話で同課へ

催 し

佐伯区民文化センター

☎921-7550 ㊟921-9898
休24日を除く月曜日

■社会人落語広島チャリティー寄席

㊟2月15日(土)午前10時半からと

午後2時半からの2回
㊟全国から集まった社会人落語家19人によるチャリティー寄席
¥一般前売り券800(当日1,000)円。通し券1,100円(前売りのみ)
※佐伯区民文化センターで販売

佐伯区図書館

☎921-7560 ㊟924-0742
休24日を除く月曜日、12日、25日

■おはなし会

㊟2月8日(土)の午前11時からと22日(土)午後2時からの各約30分間
㊟区民文化センター
㊟絵本の読み聞かせ[※]
㊟当日会場で。先着各日50人

佐伯区スポーツセンター

☎924-8198 ㊟924-8199
休11日を除く火曜日

■チャレンジアクア「水中ウオーキング」

㊟18歳以上
㊟2月21日(金)午後1時半～3時
㊟各種水中運動の基本についてのアドバイス
¥500円
㊟2月1日(土)から直接か電話で同センターへ。先着20人

子育て

■常設親子交流の場「おやこっこさえき」
㊟妊婦、0歳～就学前の子どもとその保護者



㊟月～金曜日の午前10時～午後3時(祝・休日は除く)

㊟区役所別館

●2月の行事

期日	内容	時間
2/5(水)	食育相談	10:00～12:00
2/19(水)	まちの保健室(健康相談 [※])	13:00～15:00

㊟地域子育て支援センター(☎921-5010)

お知らせ

■献血にご協力を

400mlのみ受け付け。
所要時間は15分程度

期日	場所	受付時間
2/8(土)	ファミリータウン広電楽々園	10:00～12:00 13:00～16:00
2/16(日)	アルゾ五日市利松店	10:00～12:00 13:00～16:00
3/1(日)	皆賀会館	9:30～12:00 13:00～16:00

㊟生活課(☎943-9725、㊟923-1611)

■まちづくり講演会

平成26年8月の広島豪雨災害を経験した講師が当時の体験談や地域の助け合いによる減災まちづくりについて話します。ぜひ、ご参加ください。
㊟2月18日(火)午後6時半～8時半
㊟区役所別館
㊟講演「『ん』からはじまる防災・減災」
【講師】広島文教大学教授・菅井直也氏
㊟当日会場で。先着100人
㊟地域起こし推進課(☎943-9704、㊟943-9718)

募集

中山間地域お宝資源掘り起こし事業

中山間地域での新たな農家ビジネスにつながる活動に補助金を交付します。募集は2月14日(金)まで行います。詳しくは問い合わせ先か市HPで。 ※審査の上4月以降に交付決定
㊟農林課(☎943-9767、㊟943-9765)

参加者募集

家族介護教室

㊟高齢者を介護している家族[※]

期日	講師・内容	会場・申込先
2/19(水) 13:00～15:00	講演「在宅での突発時緊急時の介護技術」 ＋「お手軽チェアヨガ」 【講師】五日市グリーンヒルホーム 介護支援専門員・沖本久美子氏	㊟河内公民館 ㊟特別養護老人ホーム 「五日市あかり園」 ☎926-1101

㊟健康長寿課(☎943-9729、㊟923-1611)

参加者募集

生活習慣病予防講演会カラダ喜ぶ食生活

脂質異常症の予防・改善を中心に

㊟2月27日(木)午後1時半～3時半(開場午後1時)
㊟区役所別館
【講師】比治山大学教授・加島浩子氏
㊟電話かファクスで健康長寿課へ。先着150人
※手話通訳、要約筆記あり
㊟佐伯保健センター(健康長寿課)(☎943-9731、㊟923-1611)

栄養展(目で見て分かるカラダが喜ぶ食事を展示)同時開催

参加者募集

湯来フットサル交流会

フットサルを通じていろんなチームと対戦し交流を深めよう
㊟高校生相当年齢以上
㊟3月22日(日)午前9時～午後5時
㊟湯来体育館 ¥1チーム3,000円(参加料)
㊟2月15日(土)午前10時～22日(土)に電話か直接窓口で
※申し込み多数の場合は抽選
㊟同館(☎0829-40-5100、㊟0829-86-1600)



税の相談、ご利用ください

■市・県民税の申告相談

開催日	会場	受付時間
2/4(火)、5(水)	①サンピアゆき	10:30～15:30
2/7(金)	②杉並台コミュニティセンター	10:00～15:00
2/17(月)～3/16(月) (土・日曜日、祝・休日は除く)	③区役所本館	9:00～16:00

㊟筆記用具、印鑑、収入・支出の分かるもの(源泉徴収票[※])、保険料の支払証明書など、マイナンバーカードまたは通知カードと運転免許証などの本人確認ができる書類
※会場①②は積雪・路面凍結の状況により中止する場合があります
※申告書は郵送でも提出できます
㊟西部市税事務所(☎532-1012、㊟232-2127)

■所得税の確定申告相談

開催日	会場	相談時間
2/17(月)～3/16(月) (土・日曜日、祝・休日は除く)	㊟日市税務署 NTTクレドホール(基町クレド・パセーラ11階)	9:00～17:00 (受け付けは8:30～16:00)

※㊟日市税務署は、混雑状況によって午後4時以前に相談受付を終了する場合があります
㊟㊟日市税務署(☎0829-32-1217)
■税理士による無料相談
㊟2月21日(金)午前9時～午後4時
㊟区役所本館
㊟中国税理士会㊟日市支部税務支援対策部(☎082-247-7439)

奨学生募集

みやけあやこ 公益信託三宅綾子育英基金

向上心に富み、学費の援助を必要とする高校生などを対象に、奨学金を支給します。提出書類などについてはお問い合わせを。
㊟区内在住で4月に高等学校、高等専門学校、専修学校へ入学する人
【支給額】年間14万4000円(返還不要) 【募集人数】数人程度
【応募期限】3月27日(金)
㊟三菱UFJ信託銀行リテール受託業務部公益信託課
担当:赤松(☎0120-622372 平日午前9時～午後5時)

保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(2月)

㊟通園していない乳幼児と保護者
㊟各保育園・幼稚園・認定こども園
※は予約が必要です



保育園名	電話	開催日	時間	内容
花ぞの	927-8801	19日(水)	10:00～11:00	小麦粉粘土で遊ぼう※
にじ	943-6040	20日(木)	10:00～11:00	ふれあってあそぼう
ひまわりいいうち	929-2011	18日(火)	9:50～10:50	人形劇を楽しもう※
きらら	943-6790	6日(水)	10:00～11:00	ミニコンサート※
吉見園	943-7801	月～金	10:00～11:00	いっしょにあそぼう※
あい保育園城山	961-3320	13日(木)	10:00～11:00	誕生会に参加しよう
あい保育園三宅	533-8901	9日(日)	13:00～16:00	作品展へどうぞ※
五日市すみれ	926-2855	13日(木)	10:00～11:00	すみれマーケット※
湯来南	0829-86-0610	22日(土)	10:00～11:00	サタデー広場
石内	941-0506	22日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
こころはるか	941-1101	25日(火)	10:00～11:00	うれしいひなまつり※
五月が丘	941-0760	21日(金)	10:00～11:00	パネルシアターを楽しもう※
利松	928-7277	5日(水)	10:00～11:00	リズムで遊ぼう※
八幡東	928-1855	26日(水)	10:00～11:00	作って遊ぼう※
八幡	928-0400	15日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
千同	922-7766	13日(木)	10:00～11:00	小麦粉粘土で遊ぼう※
坪井	921-1595	8日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※
三筋	923-3733	13日(木)	10:00～11:00	お話しの世界を楽しもう※
鈴峰園	921-1594	5日(水)	10:00～11:00	リズム遊びを楽しもう※
五日市中央北	922-6334	13日(木)	10:00～11:00	一緒に絵本を見よう※
五日市駅前	923-7959	14日(金)	10:00～11:00	ごっこ遊びを楽しもう※
五日市南	921-0017	19日(水)	10:00～11:00	パネルシアターを楽しもう※
美の里	922-6263	15日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ランビニ	921-0300	25日(火)	10:00～11:00	園庭開放(雨天中止)
ひろみ	923-8288	5日(水)	9:30～11:30	園庭開放※ (雨天時は11:00～12:00)
藤の木	927-5064	15日(土)	10:00～12:00	ひなまつり製作をしましょう
杉並台	0829-86-0286	25日(火)	10:00～11:30	おひなさま作り
光禅寺	922-3948	26日(水)	10:00～11:30	キッズルーム・マーマ※

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	19日(水)	10:00～11:00	一緒に遊ぼう
サムエル美鈴が丘	928-4123	12日(水)	10:00～11:30	キッズクラブ※
サムエル薬師が丘	928-1414	10日(月)	10:00～11:30	製作しよう※
五月が丘	941-2960	20日(木)	10:45～12:00	年中ばら組さんと遊ぼう※