



区役所へのお問い合わせ・申し込みは1月4日(月)からお願いします。

催しなどに関するお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今後、本紙掲載の催しなどが中止となる可能性があります。詳しい開催状況は、各催しなどの主催者にお問い合わせください。

健康

地域支えあい課 (☎819-0586)
地域支援第二係 (☎819-0602)

検診を受ける人へ
今年度の健康診査受診券と各種がん検診受診券は、昨年4月中旬にお届けしています。

◆①健康診査(特定健康診査、後期高齢者の健康診査)、②肺がん・大腸がん検診

☎①②今年度末で40歳以上。いずれも会社などで検診を受けられる人は除く。①は国民健康保険被保険者や後期高齢者医療被保険者

Table with 3 columns: 開催日, 会場, 時間. Rows include dates like 1/8 and venues like 県営高陽住宅16号棟集会所.

※②各400円
☎①受診券、保険証、②チケット型の受診券

☎当日会場で。大腸がん検診はがん検診受診券に同封しているはがきで、事前に採便容器の請求を

◆①子宮頸がん・②乳がん検診
☎①受診時に20歳以上、②今年度末で40歳以上の女性(いずれも2年に1回受診可)

Table with 3 columns: 開催日, 会場, 時間. Rows include 3/2 and 3/3 at 白木出張所 and 三入公民館.

※①1,000円、②1,500円
☎チケット型の受診券

◆骨粗しょう症検診
☎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

Table with 3 columns: 開催日, 会場, 時間. Rows include 1/8 and 1/21 at 口田公民館 and 真亀公民館.

※1,000円
☎年齢が確認できるもの
☎当日会場で

※各種がん検診、骨粗しょう症検診は、生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時70歳以上のいずれかであることを証明するものか、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料

※子宮頸がん、乳がん検診は予約制
☎1月4日(月)から予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258)月～金曜日(祝・休日は除く)の午前9時～午後4時半で。市HPからも予約可。先着順

広島市 集団検診

◆栄養相談・健康相談
栄養相談は、赤ちゃんから高齢者までの普段の食事について、健康相談は、食事や運動などの生活習慣について相談に応じます。

Table with 3 columns: 開催日, 内容, 講師. Rows include 1/19 and 1/21 with topics like 栄養相談 and 健康相談.

【時間】午前9時半～11時半(1人30分程度)
☎電話で同課へ

◆エイズ相談・HIV検査
☎1月7日、21日の木曜日、午前9時～10時

☎エイズに関する個別相談、HIV検査を匿名で実施
※肝炎・梅毒検査も同時に実施可
☎電話で同課へ。先着各日3人

地域支えあい課 (☎819-0616)
地域支援第一係 (☎819-0602)

◆精神科医師による心の健康相談
☎夜眠れない、災害のストレスによる心身の不調、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人

☎1月21日(木)午後1時半～3時
☎電話で同課へ

原爆被害対策部 (☎504-2195)
援護課 (☎504-2257)

◆被爆者子宮がん・乳がん検診
☎2月5日(金)午前9時半～11時
☎電話で同課へ

子育て

地域支えあい課 (☎819-0586)
地域支援第二係 (☎819-0602)

◆離乳食講習会
☎4～6カ月児の保護者
☎1月13日(水)午前10時～11時半

☎離乳食の始め方・進め方(お話と調理実習)
☎電話で同課へ。先着10人

地域支えあい課 (☎819-0616)
地域支援第一係 (☎819-0602)

◆常設オープンスペース
☎詳しくは各HPを確認するか電話でお問い合わせを。予約制
☎親子遊び、交流、相談、子育ての情報提供

募集 生活習慣病の予防-生活習慣を見直すコツ-

広島市民の死亡原因の約6割は生活習慣病です。「今の生活で大丈夫かな?」と感じた人はぜひご参加ください。(全3回)

Table with 4 columns: 日時, 時間, 内容, 講師. Rows include 2/8, 2/15, and 2/22 with topics like 生活習慣病についての知識を深めよう.

☎電話で地域支えあい課地域支援第一係(☎819-0616、☎819-0602)へ。先着20人(安佐北区在住の人を優先します)

スマイルあさきた
☎区総合福祉センター
☎地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)
<1月のミニイベント>

Table with 2 columns: 日時, 内容. Rows include 6(水) 絵本の読み聞かせ, 12(火) ふれあい遊び, 15(金) 食育相談

<1月のミニ講座>
「むし歯予防」
☎1月21日(木)午後1時半～2時
【講師】原田歯科医院・原田美彦氏

☎電話で同センターへ。先着親子10組程度
※講演中、保育士による子どもの見守りあり

すずらんひろば高陽
☎高陽タウンセンタービル地下1階(亀崎一丁目2-4)
※1家族につき100円
☎すずらんひろば高陽(☎516-5353、☎516-5355)

<1月のミニイベント>
・ちいさな絵本とおうたの会
☎毎週火曜日、木曜日の午前11時45分～正午
・身体測定、健康相談
☎毎週水曜日、木曜日の午前10時～午後3時

Table with 2 columns: 日時, 内容. Rows include 8(金) ほんわか相談室, 9(土) カーネーション, 18(月) すずらんBaby Day, etc.

Table with 3 columns: 開催日, 会場, 時間. Rows include 1/14, 1/19, 1/22, 1/26, 1/27 at various locations.

☎健康・育児相談、身体測定
☎母子健康手帳、バスタオル

◆卒乳相談室
☎区内在住で卒乳を検討中の人
☎1月25日(月)午前9時半～11時半
☎区総合福祉センター
☎助産師の個別相談(1人15分程度)
☎母子健康手帳
☎前日までに電話で同課へ。先着8人

催し

安佐北区図書館
☎814-0340 ☎814-0604
休月曜日(11日を除く)、1日(祝)～5日(火)、12日(火)、29日(金)

Table with 3 columns: 日時, 読む人, 対象. Rows include 1/21 and 1/24 with topics like ちいさな絵本 and 図書職員.

☎絵本の読み聞かせ、手遊び
※21日(木)は当日午前10時から、16日(土)、24日(日)は当日午後1時半から整理券を配布。先着各回4組

◆図書展示
☎1月31日(日)まで
【テーマ】芥川賞・直木賞
☎文学賞に関する図書をまとめて展示

大和興産安佐北区スポーツセンター
☎843-4999 ☎843-4998
休水曜日

◆バレトンで美姿勢づくり
☎18歳以上
☎1月4日、18日、25日の月曜日、午前10時半～11時半
☎フィットネス・バレエ・ヨガを融合したエクササイズ
※各日500円
☎当日午前10時15分から同センターで。先着各日25人

◆水泳秘密練習
☎水が苦手な小学生
☎1月31日(日)午後2時～3時
※500円

◆Let'sピラティス&骨盤体操
☎18歳以上
☎1月7日、14日、21日、28日の木曜日、午後2時半～3時半

☎バランスボールなどでインナーマッスルを鍛える
※各日500円
☎当日午後2時15分から同センターで。先着各日25人
◆メリハリボディになろう
☎18歳以上
☎1月4日、18日、25日の月曜日、午後1時半～2時半
☎トレーニングのヒントとシェイプアップ法の指導
※各日500円
☎当日午後1時15分から同センターで。先着各日25人

安佐北区民文化センター
☎814-0370 ☎814-0770
休月曜日(11日を除く)、1日(祝)～3日(日)

◆おためしステージ演奏会
音響反射板を設置したホールを、ホールピアノの試奏、コーラス練習などに利用できます。
☎1月9日(土)～11日(祝)の午前10時～午後8時、12日(火)～14日(木)の午後4時～8時
※1時間単位の利用で、1組連続2時間まで利用可(1組20人まで)
※1時間2,000円
※電源を利用の場合は別途250円
☎直接か電話で同センターへ。先着順

◆あさきた神楽公演
【出演】あさひが丘神楽団
【演目】「土蜘蛛」、「戻り橋(前編)」
☎1月17日(日)午後0時半開演
※1,000円(中学生以下無料)
☎当日午前9時から入場整理券を配布。先着250人

◆ASAKITAサロンコンサート
☎1月24日(日)午後2時開演
【出演】アンサンブル カミート
☎ピアノ、フルート、アルトサクソ、パーカッションによるアンサンブル

《令和3年度出演団体募集》

☎5月～来年3月
☎楽器演奏、歌、踊り(1時間程度)
☎所定の用紙に必要事項を記入し、郵送かEメール、ファクスで同センターへ。所定の用紙は、同センターや区内公民館、他区文化センターまたは同センターHPで

【申込期間】1月5日(火)～2月7日(日)

ボランティア入門講座「手話でつながる心と心」

聴覚障害者や聴覚障害者の支援方法について理解を深め、手話を学んでみませんか?(全5回)

Table with 3 columns: 日時, 時間, 内容. Rows include 1/20, 1/27, 2/3, 2/10, 2/17 with topics like 聴覚障害についての講話, 手話学習(自己紹介), etc.

☎区総合福祉センター
☎1月13日(木)までに次の①か②のいずれかの方法で。先着10人
①電話かファクスまたはEメール(kita@shakyohiroshima-city.or.jp)で、氏名、住所、電話番号を添えて安佐北区社会福祉協議会へ
②社会福祉協議会HPの申し込みフォームを入力
☎安佐北区社会福祉協議会(☎814-0811、☎814-1895)