

暮らしのガイド 南区版

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

**地域支援あい課
地域支援第二係**
☎250-4108 ☎254-9184

健康相談(予約制)
血圧や血糖値が高め、食事や運動習慣を見直したいなど、医師、管理栄養士、保健師にご相談ください。
☎2月17日(水)午前9時半～11時
区役所別館

エイズ相談・HIV検査(予約制)
☎毎週火曜日、午前9時～11時
区役所別館

**地域支援あい課
地域支援第一係**
☎250-4133 ☎254-9184

医師による心の健康相談
ゆううつ、夜眠れない、人とうまく付き合えない、お酒の問題、認知症などで悩んでいる人や周りの人の相談に専門医が応じます。秘密は厳守します。
☎2月4日(木)、18日(木)の午後1時半～3時
区役所別館

**地域支援あい課
地域包括支援係**
☎250-4109 ☎254-9184

南区認知症の人と家族の交流会
情報交換をしたり、悩みを語り合う場です。
☎2月19日(金)午後1時半～3時
区役所別館

**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
3/1(月)	区役所別館	9:30～11:30
3/12(金)	宇品公民館	9:30～11:30 13:00～15:00

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者胃がん・肺がん検診

期日	会場	時間
3/1(月)	区役所別館	(胃がん) 9:00～10:30 (肺がん) 9:00～11:30
3/3(水)	宇品公民館	9:00～10:30

被爆者子宮がん・乳がん検診

期日	会場	時間
3/14(日)	区役所別館	9:30～11:00

※胃がん検診、子宮がん・乳がん検診は予約制です

子育て

**地域支援あい課
地域支援第一係**
☎250-4133 ☎254-9184

離乳食教室(予約制)
教室のほかに離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が応じます。
☎生後4～6カ月児の保護者
☎2月24日(水)午前10時～11時半

区役所別館
☎離乳食の進め方の話と調理実演
☎電話で同課へ

赤ちゃんとママの食育教室(予約制)
☎生後10～15カ月児の保護者
☎3月3日(水)午前10時～11時半

区役所別館
☎お話「離乳食から乳児食への進め方」
☎電話で同課へ

催し

南区図書館
☎251-1080 ☎252-4120
☎休月曜日、2日(火)～7日(日)、12日(金)、24日(水)

こぐまちゃんクラブ
☎乳幼児とその保護者
☎2月9日(火)の①午前10時半から、②午前11時5分

絵本の読み聞かせやわらべうたなど
☎南区民文化センター
☎当日会場で。先着9組

郷土史関連講座「広島のお花見 -花がなくても花見に行くの?」
☎2月20日(土)の午後1時半～3時
☎南区民文化センター

広島のお花見の歴史や名所など、広島でのお花見の楽しみ方について学ぶ
【講師】郷土資料館主任学芸員・前野やよい氏

☎2月2日(火)午前9時から来館か電話、ファクスで同館へ。先着20人
※来館での申し込みは9日(火)から

☎電話で同課へ

☎電話で同課へ

宇品公民館
☎・☎253-2529
☎休火曜日

子育てオープンスペース「カルちゃんクラブとスマイル広場」
☎妊婦、未就園児とその保護者
☎2月19日(金)午前10時半～11時半
☎絵本の読み聞かせ、わらべうた
☎当日会場で

南区スポーツセンター
☎251-7721 ☎251-7701
☎休火曜日、1日(月)～7日(日)

朝の元気アップ体操
☎おおむね40歳以上
☎3月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)の午前9時15分～10時15分

☎介護予防に役立つエクササイズやストレッチを行い、健康体力づくりを目指す
☎600円

☎来館か電話で同センターへ。先着20人

美腰・骨盤調整
☎18歳以上
☎3月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)の午前9時15分～10時15分

☎フラダンスの要素を取り入れながら骨盤調整を行い、美しいウエストラインを目指す
☎600円

☎来館か電話で同センターへ。先着20人

☎来館か電話で同センターへ。先着20人

中山間地域お宝資源掘り起こし事業

中山間地・島しょ部(似島町)における、農林水産物などの資源を活用した新たな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12日(金)(必着)まで行います。詳しくは問い合わせ先か市HPで。☎地域起こし推進課(☎250-8935、☎252-7179)

まちづくり活動を応援します！

補助金を活用して、地域の宝の掘り起こしや地域の魅力アップにつながる活動をしてみませんか。

☎地域起こし推進課(☎250-8935、☎252-7179)

事業名	補助対象
1 区の魅力と活力向上推進事業補助金	3人以上で構成される団体などが、次のテーマに沿って3年以上継続して取り組む事業 ●陸と海の玄関の特色を生かした多くの人が訪れるにぎわいのあるまちづくり ●人と人のつながりを大切にしたいみんなが支え合う安全・安心なまちづくり ●歴史を生かす、文化やスポーツを楽しむ地域に愛着を持って心豊かに暮らせるまちづくり ●山や島などの豊かな自然の魅力を活用した美しいまちづくり
2 まるごと元気地域コミュニティ活性化補助金	町内会、自治会、子ども会、地区社会福祉協議会が地域コミュニティの活性化を図るため、新たに、主体的・継続的に取り組む A 地域活性化プランの作成、B 空き家などを活用した住民間の交流拠点づくり、C 空き地を活用した菜園・花壇づくり、D プラチナ世代・リタイヤ世代などの地域デビュー支援、E 交流拠点におけるネットスーパー利用の環境づくり、F 住民勉強会の開催、G 他地域などとの交流を図る活動の実施、H 子どもたちの思い出づくりの取り組み、I その他地域の活性化に役立つ地域独自の取り組み

補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
初年度	3分の2以内	100万円
2年度	2分の1以内	70万円
3年度	3分の1以内	35万円

補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
一括補助	全額	50万円

補助年度	補助対象経費に対する補助率	補助限度額
初年度	全額	10万円
2年度	5分の4以内	8万円
3年度	5分の3以内	6万円
4年度	5分の2以内	4万円
5年度	5分の1以内	2万円

応募方法

所定の申請書を2月①19日(金)、②26日(金)までに同課へ。詳しくは、応募の手引きを参照してください。

※応募の手引き・申請書は、区役所で配布し、区HPにも掲載しています

格差を生み出す心のしくみ -ジェンダーと社会心理学-

☎2月28日(日)午後2時～4時

☎仁保公民館
【講師】広島大学大学院教授・森永康子氏

☎電話(☎281-1831)で2月26日(金)までに同館へ。先着30人



家族介護教室

介護に関する知識や技術、介護者の健康管理などを学ぶための介護教室を開催します。

☎高齢者を介護している家族やその支援者

日時	内容	会場	申込先
3月6日(土) 14時15分～16時15分	『コロナに負けない、健口(康)作り!』 【講師】言語療法士・津村誠氏、理学療法士・森山由香氏	ひうな荘	ひうな荘 ☎256-1001 先着15人

☎地域支援あい課(☎250-4109、☎254-9184)

花づくりワンポイントアドバイス

「クリスマスローズの選び方」

2月下旬～3月はクリスマスローズの開花の最盛期です。開花株やまだ開花に至らない小さなポット苗が販売されます。根は下にぐんぐん伸びるので、深鉢に植えられているものを選びましょう。

Bad	Good
<ul style="list-style-type: none"> 花や葉に黒い斑点がある。 芽数は多いが、芽が貧弱で細い 苗は花が咲きにくい。 	<ul style="list-style-type: none"> 株元が太くしっかりとしている。 芽数は少なくても、ふっくらとした太い芽と大きな葉がある。

☎園植物公園(☎922-3600、☎923-6100)

市・県民税の申告相談

☎2月16日(火)～3月15日(月)(土、日、祝日は除く)の午前9時～午後4時
☎南区役所 ☎印鑑、給与および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
※南区役所には所得税の申告相談会場は設けていません
※郵送による申告書の提出にご協力ください
☎中央市税事務所(☎504-2751、☎504-2378)

税理士による確定申告無料相談会の中止について

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、「税理士による年金受給者確定申告無料相談会」について今年の開催は中止

☎中国税理士会広島南支部事務局(☎247-7439、☎242-2602)

保育園・幼稚園に遊びに来てください

☎保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者
☎各園へ ※予約が必要です

保育園名	電話番号	日時	内容
大州	286-4554	2/20(土) 10:00～11:00	サタデー広場
青崎	281-2493	直接園にお問い合わせください	
皆実	253-9415	2/16(火) 10:00～11:00	リズムあそび
大河	251-4894	2/17(水) 10:00～11:15	園庭開放
仁保新町	282-4778	2/10(水) 10:00～11:00	園庭開放
仁保	281-1539	2/ 9(火) 10:00～11:00	一緒にあそぼう
宇品東	254-1600	2/13(土) 10:00～11:00	サタデー広場
出島	254-6319	2/24(水) 10:00～11:00	おひなさまを作ろう
みなみ愛児園	251-2508	月～金曜日 13:00～15:00	電話での子育て相談(0～3歳児未満)
みみょう	282-6366	金曜日 10:00～12:00	主に発達を促す遊びと発達相談、園開放、保育講座、誕生会などのイベント参加
第二みみょう	283-0900	月・水曜日 10:00～12:00	
段原みみょう	568-8330	火・木曜日 10:00～12:00	
日出みみょう	569-4455	2/27(土) 10:00～12:00	おひなさまを作ろう

幼稚園名	電話番号	日時	内容
青葉	281-2497	直接園にお問い合わせください	
安芸	251-0451	2/25(木) 10:00～11:30	園庭開放
大洲	281-0403	2/12(金) 10:30～11:30	園庭開放 ※雨天中止
親和	254-3313	2/27(土) 10:00～11:30	親子教室(コーナー遊び、絵本の読み聞かせ、歌) ※要予約
谷の百合	251-6351	直接園にお問い合わせください	
比治山	261-3526	2/16(火) 10:30～12:00	季節のうた、親子あそび、園庭開放 ※要予約
広島マリア	253-0337	2/22(月) 10:30～11:30	園庭開放(未就園児教室、つばみ組説明会)
フレーザー	251-6865	2/ 9(火) 9:30～10:30	園庭開放、子育て相談
本浦	281-1983	2/17(水) 10:00～11:30	園庭開放
みみょう	261-5330	2/16(火) 10:00～12:00	園庭開放、絵本の読み聞かせ、手づくりあそび、育児相談