



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

原爆被害対策部援護課

☎504-2195 ☎504-2257

被爆者健康診断

会 場	実施日時	
鈴が峰会館	2/24(水)	9:30～11:30
庚午北集会所	3/1(月)	9:30～11:30 13:00～15:00
草津集会所	3/2(火)	9:30～11:30

※肺がん検診を同時に受診可

被爆者がん検診

子宮がん・乳がん検診		
会 場	実施日時	
鈴が峰公民館	2/18(木)	9:30～11:00
区地域福祉センター	3/1(月)	

※子宮がん・乳がん検診は予約制。電話で同課へ

地域支えあい課

☎294-6384、294-6235 ☎294-6113

精神科医師による心の健康相談

☎2月25日(休)午後1時半～3時

☎区地域福祉センター4階

☎不眠や対人関係、物忘れ^{など}

☎前日までに電話で同課(☎294-6384)へ。先着3人

認知症の人と家族の会

☎2月10日(休)午後1時～3時

☎区地域福祉センター4階

☎日頃の介護の悩みを話し合う座談会

☎電話で地域包括支援係(☎294-6289)へ

家族介護教室

☎寝たきりや認知症の高齢者を介護している家族の人やその支援者

☎2月12日(金)午前10時～正午

☎古田公民館

☎認知症の介護について

☎千歳園(☎272-6937、☎273-8795)

栄養相談日

☎区内在住で20歳以上の人

☎2月9日(火)午前9時半～11時半(1人30分程度)

☎区地域福祉センター2階

☎管理栄養士による食生活の個別相談

※希望者にはご家庭のみそ汁を持参で塩分濃度測定も実施

☎電話で同課(☎294-6235)へ。先着4人

健康づくり講座

☎2月18日(休)午後1時半～3時

☎区地域福祉センター3階

☎毎日続ける肺と呼吸のトレーニング

☎運動できる服装と靴、飲み物

☎電話で同課(☎294-6235)へ

子育て

地域支えあい課

☎294-6235 ☎294-6113

離乳食教室スタート編

☎4～6カ月児の保護者(子連れも可)

☎2月25日(休)の①午前10時～11時、②午後1時半～2時半

☎区地域福祉センター2階

☎離乳初期を中心とした離乳食の進め方(お話・調理実演・相談)

☎電話で同課へ。先着各回10人

地域子育て支援センター

☎503-6288 ☎294-6113

親子あそび教室

☎①4～7カ月児、②8～11カ月児の親子

☎2月22日(月)の午前①10時15分、②11時から

☎区地域福祉センター3階

☎保育士と一緒に年齢や発達段階に合わせた遊びを楽しむ

☎電話で地域子育て支援センターへ。各回先着10組

オンラインおしゃべり広場

「ニコたん るんるん 広場」

子どもや保護者がストレスを発散し安心して過ごせる場所として、動画アプリZoom上で気軽に交流できる「おしゃべり広場」を開設しています。

☎市内在住の3歳未満の乳幼児と保護者

☎毎週火・木曜日(祝日を除く)の午前10時半～11時

☎区HPから指定のメールアドレスで

☎ワンポイントレッスン【プール編】

☎小学生以上の初心・初級者

☎2月20日(土)午後2時～3時

☎泳ぎ方や水中運動の方法をワンポイントアドバイス

☎大人490円、高校生*以下・65歳以上240円(施設利用料)

☎2月1日(月)午前9時から電話か直接同センターへ。先着4人

☎メタバ&ロコモ予防「マットサイエンス」

☎40歳以上

☎3月4、11、18日の木曜日、午前11時～正午

☎ヨガやピラティスの動きを取り入れたエクササイズ

☎各日500円

☎2月15日(月)午前9時から電話か直接同センターへ。先着各日24人

親子サッカー広場

☎年長の幼児、小学生とその保護者

☎3月7日(日)午前10時～正午

☎親子で仲良くサッカーを楽しむ

☎1組600円

☎2月1日(月)午前9時から電話か直接同センターへ。先着40組

☎スポーツキッズ トランポリン

☎小学生

☎3月13日(土)午前9時半～11時

☎トランポリンを使って体のいろいろな使い方を身につけよう!

☎600円

☎2月15日(月)午前9時から電話か直接同センターへ。先着30人

☎幼児サッカー

☎年中から年長の幼児

☎3月21日(日)午前10時～11時

☎サッカーの基本を楽しく学ぶ

☎500円

☎2月15日(月)午前9時から電話か直接同センターへ。先着40人

コジマホールディングス 西区民文化センター

☎234-1960 ☎293-1860

☎休月曜日、2日(火)～7日(日)

横川落語会 第32回 古今亭菊志ん独演会

☎2月20日(土)午後2時開演

☎広島出身の真打落語家による独演会シリーズ。第32回となる今回は、広島皆実高校卒業の古今亭菊志んさんが出演

【演出】死神^{ほかに}

☎前売り2,000(当日2,500)円

☎電話で同センターへ。要予約

打*ダ*だ-打楽器とダンスと大好きなモノたち

☎2月28日(日)午後2時半

☎広島を代表する6人の奏者による打楽器アンサンブルとダンサーが織りなす躍動感あふれるステージ

☎一般3,000(当日3,500)円、学生・シニア(65歳以上)2,000(当日2,500)円

※全席自由・未就学児入場不可

☎電話、ファクス、同センターHPからオンライン予約か直接同センターへ

☎コジマホールディングス 西区図書館

☎234-1970 ☎295-9287

☎休月曜日、2日(火)～7日(日)、12日(金)、24日(水)

おはなしキャンドル

☎幼児以上

☎2月13日(土)午前11時から

☎昔話やわらべうた^{など}

☎当日15分前から整理券を配布。先着4組

おはなし会

☎幼児、小学生

☎2月27日(土)午前11時から

☎絵本の読み聞かせ^{など}

☎当日15分前から整理券を配布。先着4組

テーマ別図書の展示

☎2月28日(日)まで

☎どうやって作るの?(幼児・児童向け)

☎手仕事の技(一般向け)

☎2月28日(日)午前10時～正午

お知らせ

☎ひとり親家庭の母と父、寡婦のための特別相談

☎2月17日(火)午後2時～5時

市・県民税の申告相談

☎3月15日(月)までの午前9時～午後4時(平日のみ)

☎区役所2階・第一会議室

※期間中は駐車場の混雑が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用ください

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、できる限り郵送による申告書の提出をお願いします

※混雑状況によっては入場制限を行う場合があります(4階上部の催しなどに関するお知らせをご覧ください)

☎印鑑、収入が分かるもの(源泉徴収票や給与明細書^{など})、生命保険料・地震保険料の支払証明書、社会保険料、医療費控除の明細書など、その他税金の計算に必要な書類、マイナンバーが分かるもの(マイナンバーカードか通知カードと運転免許証など顔写真付きの証明書など、本人確認ができる書類)

※確定申告書を提出する人は市・県民税の申告は原則不要です

☎岡西部市税事務所(☎532-0942、☎232-2127)

在宅医療・介護連携推進事業「小児在宅医療講演会」

☎2月20日(土)午後3時～4時半

☎広島県医師会館2階(東区二葉の里三丁目2-3)

※WEBでのLIVE配信(若干名のみ来場可)

☎基調講演「小児在宅医療と医療的ケア児支援」

【講師】医療法人相生会理事長・土畠智幸氏

☎ファクスかEメール、または右の二次元コードで、参加方法(会場またはWEB)、氏名、メールアドレス(WEB参加の場合は必須)、電話番号を2月10日(火)までに広島市西区医師会事務局(☎297-6637、メールアドレス nishikuishikai@nishiku.city.hiroshima.med.or.jp)へ

※新型コロナウイルス感染症の影響により、WEB開催のみとなる場合があります

☎広島市西区医師会事務局(☎297-6636、☎297-6637)

区役所4階元気じゃけん食堂 健康相談会&測定会

☎2月19日(金)午前11時半～午後1時半(医師の相談は午前11時半～正午)

☎自身や家族の健康に関する相談に医師や管理栄養士、保健師が個別に応じます。体脂肪、血圧も測定できます。食堂では健康定食「元気じゃけん定食」(480円、50食限定)を提供します。

※健康パネル展「コロナだけじゃない☆ウオーキングで体力UP」も併せて開催

☎区地域支えあい課(☎294-6235、☎294-6113)

☎そらママ

いっしょに遊ぼう 常設オープンスペース にしくニコニコひろば

☎市内在住の3歳未満の乳幼児と保護者

☎月～金曜日(祝・休日を除く)の午前10時～11時15分、午前11時45分～午後1時、午後1時半～2時45分

☎区地域福祉センター4階

☎予約制。電話で地域子育て支援センターへ。先着各回12組

☎区地域子育て支援センター(☎503-6288、☎294-6113)

子育て応援ボランティア募集中

にしくニコニコひろばでは、受け付けや見守りをしてくれるボランティアを随時募集しています。講座や交流会も行っています。資格や年齢などは問いません。

保育園・幼稚園が子育てを応援します!

未就園児を対象とした育児相談や園庭開放を行っています。詳しくは区HPの「健康・子育て」をご覧ください。携帯電話は右の二次元コードからもご利用できます。

☎区地域子育て支援センター(☎503-6288、☎294-6113)

新型コロナウイルス感染症対策をしましょう

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、こまめな「手洗い」や他人に感染させないための「咳エチケット」、そして密閉空間、密集場所、密接場面の「3つの密」を避けることです。

正しいマスクの着用

☎鼻と口の両方を確実に覆う

☎ゴムひもを耳にかける

☎隙間がないよう鼻まで覆う

☎健康推進課(☎504-2622、☎504-2258)