

くらしのガイド 中区版

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、催しなどが中止になる場合があります。開催状況は各主催者にお問い合わせください。

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

健康相談日

医師、管理栄養士、保健師が個別に健康相談に応じます。

☎3月18日(休)午前9時半～11時半(30分ごとの予約制)

☎中保健センター

☎電話で同課へ

エイズの検査・相談

☎月曜日の午後6時～7時40分、水曜日の午前9時～10時

※匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度でわかります

☎中保健センター

☎電話で同課へ

専門医による心の健康相談

気分の落ち込み、不眠などの心の不調、人とうまく付き合えない、物忘れなどで悩んでいる人やその周りの人の相談に応じます。

☎3月11日(休)、25日(休)の午後1時半～3時

☎中保健センター

☎電話で同課地域支援第一係(☎504-2109)へ

家族介護教室

☎高齢者を介護している家族

☎3月11日(休)午後1時半～3時半

☎基町中央集会所

☎栄養管理と介護のためのお役立ちレシピ-食べて元気 手抜き料理-

☎悠悠タウン基町(☎502-7557、☎502-7966)

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
3/23(火)	神崎会館	9:30～11:00
	広瀬集会所	13:30～14:30

※肺がん検診を同時に受診可

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

☎休火曜日、20日(祝)

公民館グループ発表会

☎3月7日(日)午後2時～4時

☎公民館で活動するグループの二胡の演奏、中国舞踊、シニアコーラスの発表

☎当日、直接同館へ。先着30人

ひろしまリモート探偵団「広島城でブラリ(鯉)★ジョー(城)」

学芸員の皆さんがお城の「オモテ」や「ウラ」を中継しながら解説します。

☎3月21日(日)午前10時～11時半

☎公民館でオンラインツアーに参加

☎電話か直接同館へ。先着30人

※講義のWeb配信もあり。視聴は右の二次元コードかURL

(https://youtu.be/xH2xooBJxiQ)から

竹屋公民館

☎☎241-8003

☎休火曜日、20日(祝)

子どもお茶教室

茶道を通じて日本文化に触れてみましょう。

☎小学生(保護者同伴の幼児も可)

☎3月21日(日)午後2時～3時

☎¥100円

☎電話か直接同館へ。先着10人

舟入公民館

☎☎295-5003

☎休火曜日、20日(祝)

ママに作ろう ホワイトデーのお菓子

☎小学生と男性保護者

☎3月13日(土)午後1時～3時

☎¥1組350円

☎エプロン、マスク、手ふき、三角巾

☎3月10日(水)までに電話で同館へ。先着6組

吉島公民館

☎☎246-4121、☎246-4127

☎休火曜日、20日(祝)

吉島おもちゃ病院

☎3月21日(日)午前10時～午後3時(受け付けは正午まで)

☎壊れたおもちゃの修理

「コロナに負けない文化と笑顔を作ろう！」プロジェクト

☎HEART WARMING ONLINE STAGE

☎3月27日(土)午後0時半～3時

☎公民館で活動するグループによる、アコーディオン、フォークダンス、弾き語りのステージ発表をライブ配信。

視聴は右の二次元コードかURL (https://youtu.be/aW-Ugr7-iug) から

中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎☎248-9300、☎247-8447

☎休月曜日、23日(火)、31日(水)

おはなしワールド

☎幼児・児童と保護者

☎3月20日(祝)午後2時から

☎絵本の読み聞かせ

☎【講師】おはなしバスケット

☎当日会場。先着6組

えほんとわらべうた

☎乳幼児と保護者

☎3月19日(金)午前11時から

☎絵本の読み聞かせとわらべうた

☎【講師】ぴよぴよクラブ

☎当日会場。先着6組

コジマホールディングス 中区スポーツセンター

☎☎241-9355、☎241-9379

☎休水曜日

親子deトレーニング♪

☎小学生と保護者

☎3月13日(土)午前11時～午後0時半

☎さまざまなスポーツのパフォーマンス向上につながるリズムトレーニングなどを親子で体験

☎¥700円

☎電話か直接同館へ。先着16組

吉島屋内プール

☎☎249-8591、☎249-2231

☎休水曜日

ホットヨガ

☎18歳以上の人

☎3月1日～29日の月曜日、午前10時～11時

☎室温30度以上のプールサイドでヨガの基本を行う(水着不要)

☎¥各日600円

☎電話か直接同館へ。先着各日12人

地域起こし推進課

☎☎504-2820、☎541-3835

オンライン「中区防災講演会」

☎災害時に自力で避難することが困難な「避難行動要支援者」。

☎その避難支援の取り組みについての講演をライブ配信します。

☎3月20日(祝)午後2時～4時

☎自宅※Web会議システムZoomを利用できる環境が必要

☎【講師】市防災士ネットワーク・柳迫長三氏

☎3月14日(日)までに、市HPで(申込受付中)。先着300人

☎市HP ■ページ番号 199209

子育て

離乳食教室(スタート編)

☎生後4～6カ月の乳児の保護者

☎3月12日(金)午前10時～11時

☎中保健センター

☎離乳食の進め方について

☎電話で地域支えあい課(☎504-2528)へ。先着10人程度

☎教室のほか、離乳食に関する電話相談にも管理栄養士が応じます

4月の乳幼児の健康相談室

期日	会場	時間
4/2(金)	竹屋公民館	9:30～11:00
4/6(火)	中保健センター	13:30～15:00
4/7(水)	吉島公民館	9:30～11:00
4/8(木)	江波児童館	
4/12(月)	舟入公民館	
4/14(水)	白島老人集会所	
4/21(水)	本川児童館	

☎身長・体重測定や育児相談

☎母子健康手帳。身長・体重測定を希望する人はフェイスタオル

☎電話で地域支えあい課(☎504-2109)へ

自転車の盗難に注意!

☎自転車盗難被害の約半数が無施錠です。また、マンション・アパートなど自宅駐輪場での被害が多発しています。

☎自宅や短時間の駐輪でも必ず施錠をしましょう。

☎☎224-0110(代表)

☎☎224-0110(代表)

☎☎224-0110(代表)

☎☎224-0110(代表)

ご協力を 3月・4月は窓口が混み合います

☎転居届の多いこの時期は、市民課の窓口が混み合い待ち時間が長くなる場合があります。時間に余裕を持ってお越しください。土・日開庁や平日時間延長は本紙3頁をご覧ください。

☎中区役所市民課 窓口混雑予想日 3月22日(月)～4月5日(月)

(月曜日などの休み明けが最も混み合います)

☎※駐車場も混雑しますので、公共交通機関をご利用ください

☎●住民票の写し、印鑑登録証明書など各種証明書は、市役所サービスコーナー(土・日曜日、祝日も開所。基町9-32(水道局基町庁舎内)、☎225-3161。駐車場なし)でも取り扱っています。

☎転入・転出などに関するお問い合わせは市民課(☎504-2551)へ。



保育園・幼稚園の子育て支援事業

☎保育園・幼稚園に通っていない乳幼児と保護者が対象です。電話での育児相談も受けます。お気軽にお越しください。

☎☎各保育園・幼稚園 ※は予約が必要



	園名	電話番号	日時(3月)	内容
保育園	神崎	231-7831	13日(土) 10:00～11:00	サタデー広場※(3組)
	舟入	232-3698	13日(土) 10:00～11:00	サタデー広場※(5組)
	江波	231-7934	6日(土) 10:00～11:00	サタデー広場※(5組)
	報恩	231-5439	6日(土) 10:00～11:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	2日(火) 9:30～10:30	園庭開放
	広島YMCA	227-2884	13日(土) 10:00～15:00	育児面接相談(育児全般について)※
	ルーテル	241-2479	17日(水) 10:00～11:00	お外やお部屋で遊ぼう、身体測定※(5組)
	千田	243-2766	毎週火曜日 10:00～11:30	園庭開放
	かおる	291-0321	11日(木) 10:00～11:30	園庭開放
	リトルメイト	244-2525	1日(月) 10:00～11:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
幼稚園	りらくす十日市	961-4570	12日(金) 10:00～11:00	保育園にあそびにおいで※(5組)
	りらくす竹屋	207-1821	3日(水) 10:00～11:00	ひな祭り会※(5組)
	りらくす	208-5600	3日(水) 10:00～11:00	ひなまつり会においで!※(5組)
	ちやいるどふれんどりい	541-2162	3日(水) 10:00～11:00	ひな祭りお楽しみ会※
	花キュー	293-2667	3日(水) 10:00～11:00	ひな祭り会※(10組)
	慈光	241-8059	26日(金) 9:30～10:30	オープンガーデン※
	安田	221-2763	6日(土) 10:10～11:10	園庭開放※(HPで要予約)
	広島三育学院	241-3010	随時	-
	吉島	244-2225	9日(火) 10:00～11:00	電話による育児相談
	たちばな	243-5174	随時	-
広島中央	246-4094	19日(金) 10:00～11:30	園庭開放、自由参観	
聖母	221-3207	随時	10:00～17:00 電話による育児相談	

子育てオープンスペース

☎0歳から未就園までの子どもたち、お父さん・お母さんのための子育て交流広場です。



会場・問い合わせ	オープンスペースの名称	日時
中央公民館	ちゅうこう	3/19(金) 10:00～12:00
☎前日までに電話(☎221-5943)か直接同館へ。先着12組		
袋町児童館	エンジェルズ ポーチ Angel's Pouch	3/5(金)、19(金) 10:30～12:00
☎袋町児童館(☎244-4029) 問い合わせ時間(火・金曜日)10:00～18:00)		
竹屋公民館	子育て「ばんぷー」	3/12(金) 10:00～12:00
☎同公民館(☎☎241-8003)		
舟入公民館	みんなDEサロン	3/15(月)、22(月)、29(月) 10:00、10:50からの2部制
☎前日までに電話(☎295-5003)か直接同館へ。先着各7組		
舟入児童館	ちびっ子ひろば	3/17(水) 10:00～12:00
☎舟入公民館(☎☎295-5003) 当日先着15組		
地域交流センター「バルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば		3/19(金) 10:00～11:30
☎舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405、問い合わせ時間(火・金曜日)10:00～12:00)		
吉島公民館	オープンスペースしゅーぽっぽ	3/8(月) 10:00～11:30
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着15組		
中島集会所	中島子育てサロン	3/1(月) 10:00～11:00
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着10組		
吉島福祉センター	オープンスペース吉島東	3/18(木) 10:00～12:00
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127) 当日先着20組		
千田児童館	オープンスペース千田	3/12(金) 10:00～11:30
☎同児童館(☎244-8030) 問い合わせ時間13:00～18:00)		
本川児童館	オープンスペースぽっぽ	3/17(水) 9:30～11:30
☎同児童館(☎293-1373) 問い合わせ時間13:00～18:00)		

※開催については、各問い合わせ先に確認してください