

くらしのガイド 安佐北区版

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。区役所への問い合わせ・申し込みは4日(火)からお願いします。

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など)、②肺がん・大腸がん検診
- ☎①②年度末で40歳以上の男女。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など

開催日	会場	時間
1/18(火)	県営高陽住宅 16号棟集会所	13:30~14:30
1/25(火)	JA広島市 深川支店	
2/3(木)	筒瀬福祉センター	
2/4(金)	日浦公民館	

- ※①無料、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。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40歳以上の女性(いずれも2年に1回受診可)

開催日	会場	時間
3/3(木)	亀山公民館	9:30~11:00
3/4(金)	白木公民館	

- ※①1,000円、②1,500円
- ☎チケット型の受診券
- ※各種がん検診は、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(火)から予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日の9:00~16:30)か市HPで。先着順

広島市 集団検診 検索

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、引きこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人
- ☎1月20日(木)13:30~15:00
- ☎区総合福祉センター
- ☎前日までに電話で



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19日(木)10:00~11:30
- ☎区総合福祉センター
- ☎離乳食の始め方・進め方(話と調理実演)
- ☎電話で。先着10人



- ◆栄養相談日
- 管理栄養士が、赤ちゃんから高齢者までの普段の食事について相談に応じます。
- ☎1月27日(木)9:30~11:30。1人30分程度
- ☎区総合福祉センター
- ☎電話で

- ◆乳幼児の健康相談室
- 保健師が、健康相談や乳幼児の身体測定、育児相談などを行います。

開催日	会場	時間
1/13(木)※	日浦公民館	9:30~11:00
1/14(金)	亀山公民館	
1/18(火)※	区総合福祉センター	
1/25(火)	久地南集会所	
1/26(水)	白木公民館	
1/28(金)※	口田公民館	9:30~11:00

- ※は栄養士による栄養相談も併せて行います
- ☎健康・育児相談、身体測定など
- ☎母子健康手帳、バスタオル

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
- ☎平日の10:00~15:00
- ☎親子遊び、交流、相談、子育ての情報提供など
- ☎電話で。先着午前、午後各10組程度

スマイルあさきた
☎区総合福祉センター
＜1月のミニイベント＞

日時	ミニイベント
5(水)	絵本のおみきかせ
11(火)	ふれあい遊び
20(木)	子どものむし歯予防について
21(金)	食育相談
27(木)	わらべうた遊び

- ☎地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)
- ☎すずらんひろば高陽
- ☎高陽タウンセンタービル
- ☎1家族につき100円

＜1月のミニイベント＞

日時	ミニイベント
7(金) 10:00~11:45	子育て応援おしゃべりあれこれ
8(土) 10:00~12:00	カーネーション(子育て相談)
13(木) 10:00~11:45	ほんわか相談室
15(土) 10:00~12:15 12:45~15:00	幼保もあつまれ! すずらんDEばんこ
18(火) 10:00~15:00	食生活、栄養相談
19(水) 11:00~11:30	英語であそぼう With Little Star English
20(木) 10:00~15:00	よろず相談室
27(木) 11:00~11:30	絵本の読み聞かせ

- ◆ちいさな絵本とおうたの会
- ☎毎週(火、木)11:45~12:00
- ◆身体測定、健康相談
- ☎毎週(水、木)10:00~15:00
- ◆すずらんBaby Day(0歳児対象)
- ☎毎週(月)10:00~12:15
- ☎すずらんひろば高陽(☎516-5353、☎516-5355)

催し

大和興産安佐北区スポーツセンター
☎843-4999 ☎843-4998
(休日、1日祝~3日祝)

- ◆水泳秘密練習(バタ足まで)
- ☎水が苦手な小学生
- ☎1月30日(日)14:00~15:00
- ☎水遊びを取り入れながらバタ足まで練習
- ☎500円
- ☎1月4日(火)9:00から来館で、空きがあれば10:00から電話で。先着5人

- ◆バレトンで美姿勢づくり
- ☎18歳以上
- ☎1月17日、24日、31日の(月)、10:30~11:30
- ☎フィットネス、バレエ、ヨガを融合したエクササイズ
- ☎500円
- ☎当日10:15から同センターで。先着各25人

- ◆ASAKITAサロンコンサート
- ☎1月23日(日)14:00開演
- ☎フルート、アルトサクソフ、ピアノ、パーカッションによるアンサンブル
- 【出演】アンサンブル カミート
- ◆おためしステージ演奏会
- 音響反射板を設置したホール

- ◆交流試合
- ☎各500円
- ☎当日9:45から同センターで。先着各32人。チームでも個人でも参加可
- ◆メリハリボディになろう
- ☎18歳以上
- ☎1月17日、24日、31日の(月)、13:30~14:30
- ☎トレーニングのヒントとシェイプアップ法の指導
- ☎500円
- ☎当日13:15から同センターで。先着各25人
- ◆燃やせ!体脂肪-はじめてのエアロビクス-
- ☎18歳以上
- ☎1月7日、14日、21日、28日の(金)13:30~14:30
- ☎リズムに合わせて体を動かし体脂肪を燃焼
- ☎500円
- ☎当日13:15から同センターで。先着各25人



- ◆Let'sピラティス&骨盤体操
- ☎18歳以上
- ☎1月6日、13日、20日、27日の(木)、14:30~15:30
- ☎バランスボールなどでインナーマッスルを鍛える
- ☎500円
- ☎当日14:15から同センターで。先着各25人

- ◆ソフトバレーボール交流会
- ☎18歳以上
- ☎1月6日、13日、20日、27日の(木)、10:00~12:00



- ◆おはなし会

日時	対象	読む人
1/20(木) 10:30 11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
1/15(土) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある おはなしたまたまばこ

- ☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど
- ☎当日同館で。20日(木)は10:00から、15日(土)、23日(日)は13:30から整理券を配布。先着各4組

安佐北区図書館
☎814-0340 ☎814-0604
(休日(10日は除く)、1日祝~4日祝、11日祝、28日祝~2月3日祝)

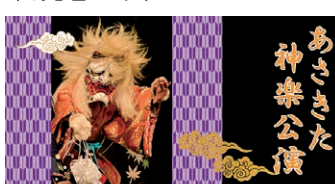
◆おはなし会

日時	対象	読む人
1/20(木) 10:30 11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
1/15(土) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある おはなしたまたまばこ

- ◆安佐北区民文化センター
- ☎814-0370 ☎814-0770
- (休日(10日は除く)、1日祝、2日祝)
- ◆あさきた神楽公演
- ☎1月16日(日)12:30開演
- 【出演】飯室神楽団
- 【演目】未定(2演目)
- ☎1,000円(中学生以下無料)
- ☎当日9:00から入場整理券を配布。先着250人

安佐北区民文化センター
☎814-0370 ☎814-0770
(休日(10日は除く)、1日祝、2日祝)

- ◆あさきた神楽公演
- ☎1月16日(日)12:30開演
- 【出演】飯室神楽団
- 【演目】未定(2演目)
- ☎1,000円(中学生以下無料)
- ☎当日9:00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23日(日)14:00開演
- ☎フルート、アルトサクソフ、ピアノ、パーカッションによるアンサンブル
- 【出演】アンサンブル カミート
- ◆おためしステージ演奏会
- 音響反射板を設置したホール

図書館の展示を行っています!

安佐北区図書館では、毎月テーマを変えて図書館の展示を行っています。季節や話題の出来事、市の掲げる課題など、さまざまなテーマを取り上げています。貸し出しもしていますので、興味や趣味を広げたり、日頃感じる疑問や課題の解決のために、図書館の展示をご活用ください。

＜今月の展示＞

27日(木)まで星や暦に関する図書を集めて展示します。

☎安佐北区図書館(☎814-0340、☎814-0604)



令和4年度ASAKITAサロンコンサート出演団体の募集

☎4月17日(日)、5月8日(日)、6月25日(土)、8月27日(土)、9月24日(土)、10月10日(祝)、11月12日(土)、12月24日(土)、来年の1月21日(土)、2月23日(祝)、3月18日(土)の14:00開演

☎楽器演奏、歌、踊りなど(45分~1時間)

☎所定の申込書で1月31日(月)(必着)までに安佐北区民文化センターへ。申込書は同センターHP、各区民文化センター、区内公民館で。※1月31日(月)は休館日のため、持参はご遠慮ください

☎☎814-0370、☎814-0770



◆あさきた人形劇場

日時	出演	演目
1/23(日)	①10:15~11:00 人形劇サークル えびろん	めっきらもつきららどおんどおん 赤い小さなチョコキ
	②11:30~12:15 人形劇団アヒル座	マリオンネット

☎安佐北区民文化センター
※ワークショップ「いないいないばあ うさぎ」もあります(材料費100円)

☎所定のチラシか電話で。チラシは各区民文化センター、安佐南区か区内の公民館で。先着各30人

☎JMSアステールプラザ(☎244-8000、☎246-5808)

卒乳相談会

☎1月31日(月)9:30~11:30。1組15分程度

☎区総合福祉センター
【講師】なゆた助産所助産師・中岡祐子氏

☎電話で。先着8組
☎地域支えあい課地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)