

# くらしのガイド 佐伯区版



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。  
各施設の休日は通常の休館日を記載しています。臨時休館などについては、市HP(47左二次元コード)が各施設にお問い合わせください。

## 健康

※会場の表記のないものは区役所別館で実施します

### 地域支えあい課

☎943-9731 ㊟923-1611

#### 認知症の人と家族の会

☎認知症の家族がいる、認知症に関心がある人など

㊟2月17日(木)13:30~15:30

☎講座「自分の体は自分で守る -認知症について-」



【講師】健康運動指導士・中村晃士氏

㊟2月16日(木)までに電話(☎943-9728)で

#### 栄養相談日

㊟2月9日(水)

9:30~11:00

☎管理栄養士

による食事相談、みそ汁の塩分チェックなど



☎電話で。先着3人

#### こころの相談

㊟2月17日(木)、3月3日(木)の13:30~15:00

☎精神科医による個別相談

☎電話(☎943-9733)で。先着各2人

### 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
2/15(火)	区役所別館	9:30~11:30
2/16(水)	彩が丘公民館	9:30~11:00
	藤の木公民館	13:30~14:30
3/2(水)	八幡東公民館	9:30~11:30
3/3(木)	八幡公民館	
3/4(金)	坪井公民館	
3/7(月)	皆賀公民館	
3/8(火)	薬師が丘第一集会所	
3/9(水)	石内福祉センター	9:30~11:30
	河内公民館	
3/11(金)	五日市中央公民館	9:30~11:00
3/14(月)	五日市中央公民館	

※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
2/16(水)	彩が丘公民館	(胃がん) 9:00~10:30 (肺がん) 9:00~11:00

※胃がん検診は予約制

☎電話で

#### 被爆者子宮がん、乳がん検診

期日	会場	時間
2/15(火)	薬師が丘第一集会所	9:30~11:00
2/28(月)	五日市中央公民館	

※予約制

☎電話で

## 催し

### 佐伯区図書館

☎921-7560 ㊟924-0742  
休(月)、15日(火)、24日(水)

#### おはなし会

☎幼児・児童と保護者

㊟2月12日(土)11:00、26日(土)14:00から各約30分

☎場区民文化センター

☎絵本の読み聞かせなど

㊟当日会場で。先着各16人

#### 乳幼児向けおはなし会

☎乳幼児と保護者

㊟2月16日(水)10:30、11:10から各約20分

☎場区民文化センター

☎絵本の読み聞かせなど

㊟当日会場で。先着各8組

### 佐伯区スポーツセンター

☎924-8198 ㊟924-8199  
休(火)

#### スポーツキッズ

☎小学生

㊟2月19日(土)9:30~11:00

☎マット運動や跳び箱に挑戦

¥500円

㊟2月2日(水)9:00から電話か窓口で。先着24人

#### お手軽!ピラティス

☎おおむね15歳以上

㊟2月2日、9日、16日(水)、19:15~20:15

☎体幹の筋力強化や柔軟性の向上が期待できるエクササイズ

¥各500円

㊟当日18:45から窓口で。先着各15人

### 図書館湯来河野閲覧室

☎0829-40-4005 ㊟0829-83-0134  
休(月)、4日(金)~6日(日)、8日(火)~10日(木)、15日(火)、24日(水)

#### おはなし会

㊟2月12日(土)11:00~11:30

☎絵本の読み聞かせなど

### 湯来体育館

☎0829-40-5100 ㊟0829-86-1600  
休(火)

#### 湯来フットサル交流会

☎高校生\*以上

㊟3月27日(日)9:00~17:00

☎リーグ戦形式で対戦

¥1チーム3,000円

㊟2月16日(水)10:00~28日(月)に、電話か窓口で。抽選10チーム(1チーム10人まで)



## お知らせ

#### 献血にご協力を

400mlのみ受け付け。所要時間は15分程度

期日	場所	時間
2/12(土)	ファミリータウン広電楽々園	10:00~12:00 13:15~16:00
2/27(日)	ゆめマート八幡	
2/20(日)	石内公民館	13:30~16:00

☎生活課(☎943-9725、㊟923-1611)

### 3/1(火) ウォーキング講座 in 植物公園

時10:00~12:00

☎場植物公園

☎市内に在住の65歳以上

☎季節の変わり目でのウォーキングアップや歩き方の講座

☎持飲み物、タオル、雨具など

☎¥参加者は入園料無料

☎普通車450円

☎電話で地域支えあい課へ。先着30人

☎☎943-9731、㊟923-1611

## 公益信託三宅綾子育英基金 奨学生募集

向上心に富み、学費の援助を必要とする高校生などを対象に、奨学金を支給します。提出書類などについてはお問い合わせを ☎区内に在住で4月に高等学校、高等専門学校、専修学校へ入学する人【支給額】年間14万4000円(返還不要) 【募集人数】若干名【応募期限】3月25日(金) ☎三菱UFJ信託銀行リテール受託業務部公益信託課 担当:山本(☎0120-622372 平日9:00~17:00)

## 税の相談、ご利用ください

#### 市・県民税の申告相談

期日	会場	受付時間
2/3(水)、4(金)	サンピアゆき(湯来町和田333)	10:30~15:30
2/16(水)~3/15(火) (土、日、祝は除く)	区役所本館	9:00~16:00

※今年は杉並台コミュニティセンターでの申告相談はありません

☎①筆記用具、②収入・支出の分かるもの(源泉徴収票など)、③保険料の支払証明書など、④マイナンバーが確認できる書類(マイナンバーカードなど)と本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など) ※感染症対策のため、申告書はできるだけ郵送で提出してください

☎サンピアゆきは積雪・路面凍結の状況により中止する場合があります ☎西部市税事務所(☎532-1012、㊟232-2127)、佐伯税務室(☎943-9716、㊟943-3310)

#### 税理士による無料相談

期日	会場	相談時間
2/22(火)	区役所本館	9:00~16:00

☎中国税理士会廿日市支部(☎247-7439)

☎※所得税の確定申告相談は、廿日市税務署(☎0829-32-1217(代表))へ

## 募集 中山間地域お宝資源掘り起こし事業

中山間地域での新たな農家ビジネスにつながる活動に補助金を交付します。

☎中山間地域の農林漁業者3人以上で構成される地域団体など

◆補助内容(最大3カ年)

補助年度	補助率	補助限度額
初年度	補助対象経費の1分の1以内	100万円
2年度	補助対象経費の3分の2以内	70万円
3年度	補助対象経費の2分の1以内	50万円

☎所定の申込書で2月10日(木)(必着)までに区農林課へ。申請書は同課か市HPで

☎☎943-9767、㊟943-9765

## 子育て

#### 育児講座「こどもの感染症と予防接種」

☎乳幼児の保護者

㊟3月1日(火)10:30~11:30

☎場①区役所別館、②オンライン(Zoom)配信

☎小児科医による子どもの病気の看護や対応、予防接種についての話

【講師】佐伯区医師会・永田忠氏

☎①電話で地域子育て支援センター(☎、㊟921-5010)か地域支えあい課へ。先着8組 ※託児なし、

②メールで地域子育て支援センターへ。詳しくは区HPで

☎☎943-9733、㊟921-5010) 常設親子交流の場「おやこっこさえき」

☎市内に在住の未就園児と保護者

㊟平日10:00~12:15、12:45~15:00(入れ替え制)

☎☎921-5010) 電話で利用希望日の前週(月)~前日に、地域子育て支援センター(☎、㊟943-9733)へ。先着各回8組(週2枠まで予約可)

## 保育園・幼稚園・認定こども園に遊びに来てください(2月)

☎通園していない乳幼児と保護者 各保育園・幼稚園・認定こども園 ※は予約が必要です

保育園名	電話	開催日	時間	内容
にじ	943-6040	16日(水)	10:00~11:00	いっしょにあそぼう※
花ぞの	927-8801	10日(木)	10:00~11:00	花ぞのにこにこシアター※
ひまわりいしうち	929-2011	16日(水)	10:00~11:00	リズムを楽しもう※
きらら	943-6790	4日(金)	10:00~11:00	ミニコンサート※
あい保育園城山	961-3320	17日(木)	10:30~11:00	誕生会に参加しよう※
あい保育園三宅	533-8901	9日(水)	10:00~10:40	保育園であそぼう※
吉見園	943-7801	(月)~(金)	10:00~11:00	いっしょにあそぼう※
こころはるか	941-1101	8日(火)	10:00~11:00	手作り楽器をつくろう※
湯来南	0829-86-0610	5日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
石内	941-0506	15日(火)	10:00~11:00	運動あそび※
五月が丘	941-0760	25日(金)	10:00~11:00	リズムあそびを楽しもう※
利松	928-7277	8日(火)	10:00~11:00	絵本を楽しもう※
八幡東	928-1855	12日(土)	10:00~11:00	サタデー広場
八幡	928-0400	12日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
千同	922-7766	15日(火)	10:00~11:00	室内あそびを楽しもう※
坪井	921-1595	12日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
三筋	923-3733	26日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
鈴峰園	921-1594	5日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
五日市中央北	922-6334	2日(水)	10:00~11:00	親子で運動あそびをしよう※
五日市駅前	923-7959	5日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※
五日市南	921-0017	18日(金)	10:00~11:00	パネルシアターを楽しもう※
美の里	922-6263	19日(土)	10:00~11:00	サタデー広場※

幼稚園名	電話	開催日	時間	内容
楽々園ルンビニ	921-0300	22日(火)	10:00~11:00	園庭開放みんなあそびにきてね
ひろみ	923-8288	16日(水)	10:30~12:00	園庭開放(雨天中止)
藤の木	927-5064	19日(土)	10:00~12:00	ひな祭り制作をしましょう
杉並台	0829-86-0286	8日(火)	10:00~11:30	小麦粘土

認定こども園名	電話	開催日	時間	内容
五日市乳児	922-2244	16日(水)	10:00~11:00	一緒にあそぼう※
サムエル美鈴が丘	928-4123	24日(木)	10:15~11:30	子育て支援講演会※
サムエル薬師が丘	928-1414	3日(水)	10:00~11:30	豆まきしよう※
五月が丘	941-2960	22日(火)	10:45~12:00	年中ばら組さんとあそぼう※
五日市すみれ	926-2855	17日(水)	10:00~11:00	一緒にあそぼう※
光禅寺	922-3948	16日(水)	9:30~11:00	園庭開放