

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。

献血にご協力を

400mlのみの受け付けです。

開催日	会場	時間
12/4(日)	フジグラン高陽	10:00-16:00

岡生活課(☎819-0575、☎819-0602)

健康

原爆被害対策部(☎504-2195) 援護課(☎504-2257)

被爆者健康診断・がん検診

健康診断

日1月11日(火)9:30~11:30

岡口田公民館

※肺がん検診を同時に受診可

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、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今年度末で40歳以上。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
12/21(水)	口田公民館	13:30~14:30
1/12(木)	可部福祉センター	

☑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今年度末で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
2/6(月)	区総合福祉センター	9:30~11:00
2/10(金)	倉掛公民館	

☑①1,000円、②1,500円

☑チケット型の受診券

※子宮頸がん、乳がん検診は予約制

☑予約ダイヤル(☎504-2298、☎504-2258 平日の9:00~16:30)か市HPで。先着順

※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

広島市 集団検診

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、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人

日12月15日(木)13:30~15:00

岡区総合福祉センター

☑電話で前日までに。先着2人

子育て

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

乳幼児と保護者、妊婦さんが気軽に集い交流できる場です。

日平日の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

岡区総合福祉センター

<12月のミニイベント>

日時	イベント
7(水)	11:00~11:20 絵本のよみかきせ
13(火)	13:45~14:15 ふれあい遊び
16(金)	13:00~14:30 食育相談
19(月)	10:45~11:15 クリスマスミニコンサート
22(木)	11:00~11:30 わらべうたあそび(0歳児対象)

・うたとあそびのつどい

日毎週(月)の11:45~12:00

岡地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)

すずらんひろば高陽

岡高陽タウンセンタービル

☑1家族につき100円

<12月のミニイベント>

日時	イベント
3(土)	10:00~12:15 カーネーション(子育て相談)
6(火)	10:00~11:30 おしゃべりあれこれ
10(土)	10:00~12:15 12:45~15:00 すずらんDEぶんこ
12(月)~16(金)	クリスマスイベント週間
15(木)	11:00~11:30 絵本の読み聞かせ
20(火)	10:00~15:00 食生活、栄養相談
21(水)	11:00~11:30 英語であそぼう(With Little Star English)

・ちいさな絵本とおうたの会

日毎週(火、木)の11:45~12:00

・すずらんBaby Day(0歳児対象)

日毎週(月)の10:00~12:15

岡すずらんひろば高陽(☎516-5353、☎516-5355)

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

日12月21日(水)10:00~11:00

岡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

◆9カ月からの離乳食講座

☑9~12カ月児の保護者

日12月15日(木)10:00~11:00

岡区総合福祉センター

☑離乳完了に向けてのポイント説明

☑電話で。先着10人

◆乳幼児の健康相談室

開催日	会場	時間
12/1(木)	高陽出張所	9:30~11:00
12/2(金)	三入公民館	
12/9(金)	亀山公民館	
12/14(水)	真亀公民館	
12/23(金)*	口田公民館	

*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

☑母子健康手帳、バスタオル

◆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。

日12月22日(水)9:30~11:30。1人30分程度

岡区総合福祉センター

☑電話で。先着4人

催し

大和興産安佐北区スポーツセンター(☎843-4999、☎843-4998) 休(水)、29日(木)~1月3日(火)

◆はじめてのトレーニング

☑中学生以上の初心者

日開館日14:00~20:00

☑ダイエット、腰痛解消、足腰強化など目的に応じて随時指導

☑初回100円。2回目からは通常の施設使用料(大人560円、シニア・中学生~高校生*310円)

☑電話か来館で、前日までに

◆親子かけっこレッスン

☑4歳~小学校3年生と保護者

日1月8日(日)14:00~15:00

☑かけっこの技術習得のためのプログラムを親子で実践

☑500円/組

☑12月1日(木)9:00から来館で。空きがあれば10:00から電話で。先着12組

◆水泳ひみつ練習

☑水が苦手な小学生

日12月25日(日)14:00~15:00

☑水遊びを入れながらバタ足まで練習

☑500円

☑12月1日(木)9:00から来館で。空きがあれば10:00から電話で。先着10人

◆ソフトバレーボール交流会

☑18歳以上

日12月22日(水)までの(木)、10:00~12:00

☑交流試合

☑各500円

☑当日9:45から同センターで。先着各40人。チームでも個人でも参加可

◆バレトンで美姿勢づくり

☑18歳以上

日12月5日~19日(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

☑各500円

☑当日10:15から同センターで。

先着各30人

◆Let'sピラティス&骨盤体操

☑18歳以上

日12月22日(水)までの(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

☑各500円

☑当日14:15から同センターで。先着各30人

◆燃やせ!体脂肪-はじめてのエアロビクス-

☑18歳以上

日12月2日~23日(金)、13:30~14:30

☑リズムに合わせて体を動かし体脂肪を燃焼

☑各500円

☑当日13:15から同センターで。先着各30人

安佐北区図書館

☎814-0340 ☎814-0604

休(月)、29日(木)~1月4日(水)

◆おはなし会

日時	対象	読み手
12/15(木) 10:30-11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
12/25(日) 14:00	幼児・小学生と保護者	図書館職員

☑絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☑当日会場。15日(木)は10:00から、25日(日)は13:30から整理券を配布。先着各回4組

◆クリスマスのおはなし会

☑幼児・小学生と保護者

日12月17日(土)14:00~15:00

岡区民文化センター

☑クリスマスに関連した絵本の読み聞かせや手遊びなど

【読み手】おはなしあるある

☑12月1日(木)9:00から来館か電話、ファクスで、参加者氏名、電話番号を。先着30人

◆図書の展示「大切にしたい、おつきあい」

日12月28日(水)まで

☑おつきあい・マナーに関する図書の展示

安佐北区民文化センター

☎814-0370 ☎814-0770

休(月)、29日(木)~1月3日(火)

◆あさきた神楽公演

日12月18日(日)12:30開演

【出演】飯室神楽団

【演目】土蜘蛛、天岩戸

☑1,000円(中学生以下無料)

☑当日10:00から同センターで入場整理券の配布とチケットの販売を開始

◆あさきた寄席

日12月17日(土)14:00~16:30(予定)

【出演】善亭ぶ生、ジャンボ衣笠、葡萄亭わいん、鯨韻亭馬笑丸、あだし亭丈二、風呂哲州

☑500円(当日券のみ)

岡JMSアステールプラザ(☎244-8000、☎246-5808)

◆ASAKITAサロンコンサート

日12月24日(土)14:00開演

☑フルート、サクソ、ピアノ、パーカッションのアンサンブル

【出演】アンサンブル カミート

◆南極越冬隊のお話し

日1月7日(土)13:30~15:00

☑南極での体験談、ミニ展示

【講師】中国地方整備局・吉田和隆氏

クリスマス飾りを作ろう

日12月17日(土)10:00~11:30

岡筒瀬福祉センター

☑直径10cm程の輪に白い毛糸を巻いて、中に毛玉の雪だるまやモールのツリーを入れたリース風の飾りを作る

☑750円

☑はさみ、木工用ボンド、両面テープ

☑電話か来館で前日までに。先着30人

☎☎838-3800、☎838-3688

休(火)

家族介護教室

日12月11日(日)11:00~12:00

岡特別養護老人ホームくちた園

☑講義「介護技術教室」

☑電話で当日までに。先着15人

☎☎516-4165、☎516-6541

安佐北区版

成長が気になる子どもに関する福祉情報ガイド - 青年期版 -

中学校を卒業した青年期の人で、特性や発達に戸惑いや不安を感じている人やその家族、支援者の皆さんに役立つ情報を集めたリーフレットを作成しました。ぜひご利用ください。

市障害者自立支援協議会安佐北区地域部会HP「あさきたすけあい」(右の二次元コード)でダウンロード、印刷することができます。

【作成】市障害者自立支援協議会安佐北区地域部会こども部会 詳しくは右の二次元コードか下記へお問い合わせください。

岡北部こども療育センター こども部会担当 (☎814-5801、☎815-0541)

