

# 暮らしのガイド 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
2/19(日)	口田郵便局	9:30~12:00 13:15~15:30

関生活課(☎819-0575、☎819-0602)

## 健康

地域支援あい課(☎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
- 関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
2/28(火)	区総合福祉センター	13:30~14:30

関①無料、②各400円

関①受診券、保険証、②チケット型の受診券

関当日会場で。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

広島市 集団検診 検索

### ◆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。

関2月16日(木)9:30~11:30。1人30分程度

関区総合福祉センター

関電話で。先着4人

地域支援あい課(☎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

関夜眠れない、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

関2月16日(木)13:30~15:00

関区総合福祉センター

関電話で前日までに。先着2人

## 子育て

地域支援あい課(☎819-0586)  
地域支援第二係(☎819-0602)

### ◆乳幼児の健康相談室

開催日	会場	時間
2/2(木)	高陽出張所	9:30~11:00
2/3(金)	三入公民館	
2/8(水)	真亀公民館	
2/10(金)	龜山公民館	
2/21(火)*	区総合福祉センター	
2/22(水)	白木公民館	10:00~11:00

\*は栄養士による栄養相談も併せて行います

関健康・育児相談、身体測定  
関母子健康手帳、バスタオル

### ◆離乳食講習会

関4~6カ月児の保護者

関2月15日(水)10:00~11:00

関区総合福祉センター

関離乳食の始め方・進め方(話と調理実演)

関電話で。先着10人

地域支援あい課(☎819-0616)  
地域支援第一係(☎819-0602)

### ◆妊婦さんの交流会

関区に在住の妊娠中の妊婦さん

関2月13日(月)9:30~11:30

関区総合福祉センター

関助産師の話「妊娠・出産・赤ちゃんのいる生活について」、赤ちゃんが喜ぶおもちゃの紹介

関母子健康手帳、母子手帳副読本

関電話で2月8日(水)までに

### ◆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。

関平日の10:00~15:00

関親子遊び、交流、相談、子育ての情報提供など

関電話で。先着午前、午後各10組程度

スマイルあさきた

関区総合福祉センター

関<2月のミニイベント>

日時	イベント
1(水) 11:00~11:20	絵本のおみせ
8(水) 10:30~11:15	むし歯予防(お口の手入れ)
14(水) 13:45~14:15	ふれあい遊び
16(木) 11:00~11:30	わらべうたあそび(0歳児対象)
17(金) 13:00~14:30	食育相談
27(月) 11:00~11:30	子どもの生活習慣向上教室

・うたとあそびのつどい

関毎週(月)の11:45~12:00

関地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)

関すずらんひろば高陽

関高陽タウンセンタービル

関¥1家族につき100円

関<2月のミニイベント>

日時	イベント
4(土) 10:00~12:15 12:45~15:00	カーネーション(子育て相談)
14(火) 10:00~11:30	ほんわか相談室
15(水) 11:00~11:30	英語であそぼう with Little Star English
16(木) 11:00~11:30	絵本の読み聞かせ
18(土) 10:00~12:15 12:45~15:00	すずらんDEばんこ
21(火) 10:00~11:30	おしゃべりあれこれ
	食生活、栄養相談

・ちいさな絵本とおうたの会

関毎週(火、木)の11:45~12:00

関すずらんBaby Day(0歳児対象)

関毎週(月)の10:00~12:15

関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  
(休水)

### ◆スポーツキッズ

関年少・年中の幼児

関3月25日(土)10:00~11:00

関マット運動や跳び箱などいろいろなスポーツにチャレンジ

関¥500円

関2月16日(休)9:00から来館で。空気があれば10:00から電話で



### ◆親子かけっこレッスン

関4歳~小学校3年生と保護者

## 税の申告・相談のお知らせ

### ◆市民税・県民税の申告・相談

関右表のとおり

関●昨年1年間の収入が分かるもの(源泉徴収票など)

●社会保険料の領収書、医療費の明細書、保険料の支払証明書など ●マイナンバーカードまたは、マイナンバーが確認できる書類と運転免許証などの本人確認書類

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、郵送による申告書の提出にご協力をお願いします。また、ご来場の際は、マスクの着用や手指の消毒、検温などの感染症の予防にご協力ください

※混雑状況によっては入場制限を行う場合があります

関北都市税事務所(安佐南区役所内)(☎831-5016、☎877-6288)、安佐北税務室(安佐北区役所内)(☎819-3913、☎815-1650)

※公民館・集会所への申告に関するお問い合わせはご遠慮ください

### ◆税理士による年金受給者の確定申告無料相談会

関収入が年金のみの人

関2月5日(日)9:30~11:40、13:00~15:00

関可部公民館、高陽公民館

関税理士による確定申告書の作成と提出についての説明

関中国税理士会広島支部(☎247-7439、☎242-2602)

関3月19日(日)10:00~11:00

関かけこの技術習得のためのプログラムを親子で実践

関¥500円/組

関2月2日(休)9:00から来館で。空気があれば10:00から電話で。先着12組

◆パレトンで美姿勢づくり

関18歳以上

関2月6日~27日の(月)、10:30~11:30

関フィットネス、バレエ、ヨガを融合したエクササイズ

関各500円

関当日10:15から同センターで。先着各30人



### ◆ソフトバレーボール交流会

関18歳以上

関2月2日~16日の(木)、10:00~12:00

関交流試合

関各500円

関当日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

安佐北区民文化センター  
☎814-0370 ☎814-0770  
(休月)

### ◆あさきた神楽公演

関2月5日(日)12:30開演

【出演】高猿神楽団

【演目】紅葉狩、八岐大蛇

関¥1,000円(中学生以下無料)

関当日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



### ◆やまびこ発表会

【作品展示の部】

関2月15日(水)~26日(日)の9:00~21:00(26日(日)は17:00まで)

関区内で活動する人の絵画、書、工芸、手芸、写真を展示

【ステージの部】

関2月18日(土)、19日(日)の10:00から(9:30開場)

関区内で活動する文化サークル・団体による日本舞踊、フラダンス、楽器演奏など

### ◆ASAKITAサロンコンサート

関2月23日(祝)14:00開演

関オカリナとピアノをメインにさまざまな楽器の演奏

【出演】オカリナ&ピアノデュオ Herb Tea

安佐北区図書館  
☎814-0340 ☎814-0604  
(休月、1日休、2日休、14日休、24日休)

### ◆歴史講座「水陸の交通と可部」

関中学生以上

関2月12日(日)13:30~15:30

関区民文化センター

関中世から近世における可部・三入地区の水陸交通の変遷を通して、地域の歴史を学ぶ

【講師】ヌマジ交通ミュージアム 副館長・村上宣昭氏

関2月3日(金)9:00から来館か電話、ファクス、市図書館HPで、氏名・電話番号を。先着50人

### ◆おはなし会

日時	対象	読む人
2/16(木) 10:30~11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
2/18(土) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある
		はらぺこあおむし

関絵本の読み聞かせ、手遊びなど

関当日会場で。16日(木)は10:00から、18日(土)、26日(日)は13:30から整理券を配布。先着各回4組

### ◆図書館の展示「春を探しに」

関2月3日(金)~28日(火)

関立春ごろに見られる動植物・昆虫に関する図書の展示

## 旬の野菜のおいしい取り方

関3月8日(水)10:00~12:30

関区総合福祉センター

関区内で取れる「ひろしまそだち産品」を使って調理し、バランスの取れた食事を学ぶ。口腔ケアに関するワンポイントアドバイスも

関¥400円程度

関電話で3月1日(水)までに地域支援あい課地域支援第二係へ。先着12人

関☎819-0586、☎819-0602

## 市民公開講座(オンライン)

関テーマは「始めよう!人生会議-認知症の妻と支えた夫の物語を通して考える-」。YouTubeで配信

【出演】映画監督・信友直子氏、フリーアナウンサー・本名正憲氏、医師・山下拓史氏

【視聴方法】下記の2次元コードまたはインターネット検索から

関安佐南区・安佐北区地域保健対策協議会事務局(安佐医師会内)(☎873-1840、☎873-1846)



広島市安佐医師会 公開講座 検索