

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

■エイズの検査・相談

☎毎週(月)の18:00~19:40、毎週(水)の9:00~11:00

場中保健センター

☎匿名、無料、秘密厳守。検査の結果は20分程度で判明

☎直接か電話で

■専門医による心の健康相談

☎気分が落ち込む、不眠、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
☎2月9日(木)13:30~15:00

場中保健センター

☎直接か電話で、前日までに、同課(☎504-2109)へ。先着2人

■女性のための健康講座

☎3月8日(水)13:30~15:30

場中保健センター

☎講義(女性の健康、メイク術など)、健康に関する個別相談

☎直接か電話で。講義は先着30人、個別相談は先着9人



原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

■被爆者健康診断

☎2月24日(金)9:30~11:30

場江波集会所

※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、11日(祝)、23日(祝)

■パソコン講座

☎2月20日(月)9:00~12:00

☎画像の編集と活用

¥1,000円

☎直接か電話で。先着10人

■パソコン初心者相談室

☎2月20日(月)13:00~15:00(1人1時間)

☎パソコンの初歩的な相談
☎直接か電話で。先着各時間4人

竹屋公民館

☎☎241-8003

(休)火、11日(祝)、23日(祝)

■広島再発見講座「江戸時代広島の開拓事情」

☎2月19日(日)10:00~11:30

☎町に残された道・神社・段差などから江戸時代に行われた土地開発を探る

【講師】広島城学芸員・本田美和子氏

☎直接か電話で。先着30人



吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

(休)火、11日(祝)、23日(祝)

■吉島ことばき大学

☎おおむね60歳以上

☎2月24日(金)10:00~12:00

☎水道水の水質管理、水のおいしい飲み方など

【講師】市水道局職員

☎直接か電話で、2月20日(月)までに。先着40人

舟入公民館

☎☎295-5003

(休)火、11日(祝)、23日(祝)

■60歳代のライフデザインセミナー

☎60歳前後の人

☎2月25日(土)13:30~15:30

☎生活設計とマネープラン、相続・贈与・資産運用などの基礎知識を学ぶ

☎直接か電話で、2月22日(水)までに。先着25人

中区図書館 (JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

(休)月、14日(火)、24日(金)

■開催100日前講座 G7広島サミットってどんなもの?

☎小学校4年生~中学生

☎2月26日(日)13:00~15:00

☎図書館資料を活用したワークショップに取り組みながら、G7広島サミットについて学ぶ

【講師】広島サミット県民会議事務局担当者

☎直接か電話、ファクスで。ファクスには氏名と連絡先を記入。先着30人

■おはなしワールド

☎幼児・児童と保護者

☎2月18日(土)14:00~14:30

☎絵本の読み聞かせなど

【講師】酒井貴子氏・木田和泉氏

☎当日同館で。先着6組

■えほんとうらべうた

☎乳幼児と保護者

☎2月17日(金)11:00~11:30

☎絵本の読み聞かせとわらべ歌

【講師】ぴよぴよクラブ

☎当日同館で。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

■爽快! ヨガ

☎18歳以上

☎毎週(金)の10:30~11:30

☎体と会話しながら深い呼吸で姿勢を整え、心身のリフレッシュを目指す

¥500円/回

☎当日10:00から窓口で。先着各日20人

■体感! ピラティス

☎18歳以上

☎毎週(火)の10:30~11:30

☎インナーマッスルを緩やかに鍛え、美姿勢を目指す

¥500円/回

☎当日10:00から窓口で。先着各日20人

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

(休)水

■元気アップ! アクア

☎中学生以上

☎毎週(金)の19:30~20:30

☎水中で楽しく運動

¥600円/回

☎直接か電話で。先着各日20人

■やさしい! フィットネス&水中運動

☎18歳以上

☎2月2日~16日(木)、14:30~15:30

☎プールサイドや水中で道具を使ったエクササイズ

¥600円/回

☎直接か電話で。先着各日12人

子育て

地域支えあい課

☎504-2109、☎504-2175

■3月の乳幼児の健康相談室

☎乳幼児の身長・体重測定や育児相談を行います。

期日	会場	時間
1日(水)	吉島公民館	9:30~11:00
3日(金)	竹屋公民館	9:30~11:00
7日(火)	中保健センター	13:30~15:00
8日(水)	白島老人集会所	
9日(木)	江波児童館	9:30~11:00
13日(月)	舟入公民館	
15日(水)	本川児童館	

☎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
☎ひろしま子育て応援アプリ母子モカ直接、電話で同課へ

■離乳食教室(スタート編)

☎4~6カ月児の保護者

☎2月14日(火)10:00~11:00

場中保健センター

☎離乳食の進め方など

☎直接か電話で同課(☎504-2528)へ。先着14人程度

お知らせ

■中区民作品展

☎2月2日(木)~5日(日)10:00~18:00(最終日は16:00まで)

場JMSアステールプラザ

☎区民や区内で活動している人たちが制作した絵画、ちぎり絵、絵手紙、工作、工芸、写真などの展示
☎☎244-8000、☎246-5808

■市・県民税の申告相談

☎2月10日(金)~3月15日(水)(土・日・祝は除く)の9:00~16:00

場中区役所3階会議室

☎給与や年金の源泉徴収票など昨年1年間の収入が分かるもの、医療費の明細書など、社会保険料の領収書、国民年金保険料・生命保険料・地震保険料の支払証明書、マイナンバーカードなどの本人確認書類など

☎☎244-8000、☎246-5808
☎☎504-2564、☎504-2378

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送による申告書の提出にご協力ください

防災講演会「主役はわたしたち-避難所からのコミュニティ形成-」

☎2月25日(土)14:00~16:00 場大手町平和ビル5階大会議室

【講師】益城だいすきプロジェクト・きままに 代表理事・吉村静代氏

☎市HP、電話、Eメール(na-chiiki@city.hiroshima.lg.jp)で、2月22日(水)までにEメールには氏名、連絡先、学区を記入。先着130人

☎地域起こし推進課(☎504-2820、☎541-3835)

市HP ページ番号 311418



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(2月)	内容など	
保育園	基町	221-5303	4日(土) 10:00~11:00	サタデー広場	
	竹屋	241-1860	25日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)	
	吉島	243-0022	18日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(10組)	
	神崎	231-7831	18日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)	
	舟入	232-3698	4日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)	
	江波	231-7934	4日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)	
	江波第二	292-8166	18日(土) 10:00~11:00	サタデー広場※(5組)	
	ゆりかご	241-6989	8日(水)、15日(水) 10:00~12:00	作品展の作品作り※	
	報恩	231-5439	18日(土) 10:00~12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)	
	中島	241-7775	8日(水) 9:30~10:30	わかばママ・パパ応援教室※(3組)	
	広島YMCA	227-2884	18日(土) 10:00~15:00	育児相談(心の問題と発達)※	
	ルーテル	241-2479	15日(水) 10:00~11:00	作って遊ぼう・身体測定※(5組)	
	真和	231-9718	21日(火) 10:00~11:30	園庭で遊ぼう	
	千田	243-2766	7日(火) 10:20~10:40	大型絵本を見よう※(5組)	
	ともえ	228-6088	4日(土) 10:00~11:00	お楽しみ会	
かおる	291-0321	9日(水) 10:00~11:00	園庭開放		
こども園	リトルメイト	244-2525	21日(火) 10:00~11:00	家庭読書アドバイザーのお話し会※(5組)	
	りらくす白鳥	225-7572	17日(金) 10:00~10:50	絵本の国においてよ※(5組)	
	りらくす日市	961-4570	24日(金) 10:00~11:00	「わらべうたあそび」※(5組)	
	りらくす竹屋	207-1821	2日(水) 10:00~11:00	わらべ歌講座※(5組)	
	りらくす舟入	208-5600	24日(金) 10:00~11:00	絵本の世界を楽しもう※(5組)	
	ちやいるどふれんどりい	541-2162	3日(金) 10:00~11:00	節分豆まき大会※(2組)	
	順正寺	241-7062	2日(水) 9日(水) 10:00~11:00	園庭開放※(5組)	
	幼稚園	安田	221-2763	20日(月) 10:30~11:30	園庭のみ解放※HPで
		基町	228-3888	6日(月) 9:30~11:30	豆まきごっこ
		聖母	221-3207	聖母幼稚園HPに掲載	未就園児クラスの見学
広島中央		246-4094	16日(木) 10:00~11:30	園庭開放・自由参観	
広島三育学院		241-3010	16日(木) 9:30~11:00	楽器で遊ぼう	
たちばな		243-5174	随時	電話による育児相談	
慈光		241-8059	24日(金) 9:30~10:30	新聞シャワー ビリビリちぎってシャワーを浴びよう!	
吉島		244-2225	随時	電話による育児相談	

子育てオープンスペース

☎0歳から3歳までの子どもたち、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
自宅など ☎氏名、電話番号、Zoom経験の有無、使用端末を記入し、件名「ちゅうこう2月3日」とし、Eメール(chuo-k@cf.city.hiroshima.jp)で。先着20組 ☎☎221-5943、☎221-5118	オンラインちゅうこう	2/3(金) 10:00~12:00
中央公民館 ☎☎221-5943、☎221-5118	ちゅうこう 当日先着15組	2/17(金) 10:00~12:00
基町児童館 ☎☎221-5943、☎221-5118	ぼかぼか	2/9(木) 10:00~11:30
幟町児童館 ☎☎228-7495 問い合わせ時間13:00~18:00	リトルキッズクラブ	毎週(水) 10:30~12:00
袋町児童館 ☎☎244-4029 問い合わせ時間13:00~18:00	エンジェルズ ポーチ Angel's Pouch	2/3(金)、17(金) 10:30~12:00
竹屋公民館 ☎☎241-8003	子育て「ばんぶー」	2/10(金) 10:00~12:00
千田児童館 ☎☎244-8030 問い合わせ時間13:00~18:00	オープンスペース千田	2/17(金) 10:00~11:30
本川児童館 ☎☎293-1373 問い合わせ時間13:00~18:00	オープンスペースぼっぼ	2/15(水) 9:30~11:30
中島集会所 ☎☎246-4121、☎246-4127	中島子育てサロン 当日先着10組	2/6(月) 10:00~11:30
吉島福祉センター ☎☎246-4121、☎246-4127	オープンスペース吉島東 当日先着20組	2/16(木) 10:00~12:00
吉島公民館 ☎☎246-4121、☎246-4127	オープンスペースしゅーぽっぽ 当日先着15組	2/13(月) 10:00~11:30
舟入公民館	ぶっかぶっか舟入	2/20(月)、27(月)、3/6(月)の10:00、10:50の2部制
☎☎295-5003)か直接同館へ。先着各7組		
地域交流センター「パルティア」(舟入南3-6-15) あかちゃんひろば ☎☎503-2405、問い合わせ時間(火・金曜日)10:00~12:00		2/17(金) 10:00~11:30
江波集会所	江波っ子の集い	2/2(木) 10:00~12:00
☎☎295-5003)		

※開催については、各問い合わせ先に確認してください