

くらしのガイド

中区版

健康

地域支えあい課

☎504-2528、☎504-2175

■エイズ検査・相談
回第1・3月の18:00～19:40、毎週(水)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
☎心の不調で悩んでいる人や周りの人
回3月14日(木)13:30～15:00
場中保健センター
☎電話で、前日までに、同課(☎504-2109)へ。先着2人
■栄養相談日
回3月8日(金)9:30～11:00(30分ごとの予約制)
場中保健センター
☎管理栄養士による食生活の個別相談
☎直接か電話で

原爆被害対策部援護課

☎504-2195、☎504-2257

被爆者健康診断

いきいき

期日	会場	時間
3/19(火)	神崎会館	9:30～11:00
	広瀬集会所	13:30～14:30

※肺がん検診を同時に受診可
■被爆者子宮がん・乳がん検診
いまま
回3月15日(金)9:30～11:00
場基町中央集会所
☎電話で

催し

中央公民館

☎221-5943、☎221-5118

(休火)、20日(祝)

■中央公民館フェスティバル
回3月2日(土)10:00～17:00、3日(日)9:30～15:30
☎舞台発表、作品展、飲食・物品バザーなど

竹屋公民館

☎、☎241-8003

(休火)、20日(祝)

■子どもお茶教室
☎小・中学生(保護者同伴の幼児も可)
回3月17日(日)14:00～15:00
☎茶道を通じて日本文化に触れる ¥100円／人
☎直接か電話で、前日までに。先着10人

吉島公民館

☎246-4121、☎246-4127

(休火)、20日(祝)

■ティーンズクッキング・プチ・デコころこクッキーを作ろう! -
☎小学校5年生～中学生
回3月9日(土)13:30～15:30

内クッキーを焼いてアイシングでデコレーション ¥100円
☎直接か電話で、前日までに。先着16人

舟入公民館

☎、☎295-5003

(休火)、20日(祝)

■外国人市民に学ぶ! 知っているようで知らないスリランカ
回3月16日(土)10:00～12:00
☎スリランカの文化や生活習慣などについての話、お菓子の試食や紅茶の試飲など ¥100円
☎直接か電話で、3月11日(月)までに。先着24人

行政困りごと相談所
回3月4日(月)13:00～16:00
場舟入公民館
☎行政相談委員による行政(道路、河川、社会福祉、登記、電波、通信など)への不満・要望に関する個別相談
☎当日会場で。先着順
☎総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

中区図書館(JMSアステールプラザ内)

☎248-9300、☎247-8447

(休月)、21日(木)、29日(金)

■えほんとわらべうた
☎乳幼児と保護者
回3月15日(金)11:00から(30分)
☎絵本の読み聞かせとわらべ歌【講師】ぐるんぱ
☎当日同館で。先着8組
■おはなしワールド
☎幼児・児童と保護者
回3月16日(土)14:00から(30分)
☎絵本の読み聞かせなど【講師】この本だいすきの会
☎当日同館で。先着8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)(20日(祝)は除く)

■ベビーヨガ
☎6カ月～1歳半の乳幼児と保護者
回3月16日(土)10:00～11:00
☎ヨガのポーズを基にしたエクササイズで心身のリフレッシュ ¥700円／組
☎直接か電話で。先着12組

ご協力を 3・4月は窓口が混み合います

転入・転出など異動の多いこの時期は、市民課の窓口が大変混み合います。長時間お待ちいただく場合がありますので、時間に余裕を持ってお越しください。休日開庁や平日時間延長は本紙3ページをご覧ください。
駐車場も混雑します。公共交通機関をご利用ください。

- 中区役所市民課 窓口混雑予想日
3月18日(月)～4月2日(火)の平日開庁日(月曜日などの休日明けが最も混み合います)
- 電子証明書が有効なマイナンバーカードを使って、オンラインでの転出手続きや証明書のコンビニ交付サービスの利用ができます
- 住民票の写し、印鑑登録証明書など各種証明書は、市役所サービス・コーナー(土・日・祝・休も開所。基町9-32、☎225-3161。駐車場なし)でも取得できます

☎市民課(☎504-2551、☎504-2548)

■なかスポげんキッズ(年長コース)
☎来年度小学生になる幼児
回3月19日(火)16:15～17:15
☎小学校入学前の体力プログラム。さまざまな用具を活用した運動遊びで体を動かし、運動神経の発達を目指す ¥500円
☎直接か電話で。先着14人

吉島屋内プール

☎249-8591、☎249-2231

(休水)(20日(祝)は除く)

■水の揺らぎ! 水上ヨガ
いまま
☎18歳以上の女性
回3月11日、25日(月)、10:00、10:50から(各40分)
☎プールに浮かべた専用のボードの上でヨガ ¥各700円
☎直接か電話で。先着各6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		
期日	会場	時間
5日(火)	中保健センター	13:30～15:00
6日(水)	吉島公民館	9:30～11:00
8日(金)	竹屋公民館	
11日(月)	舟入公民館	
13日(水)	本川児童館	
15日(金)	中央公民館	10:00～11:30

☎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
■離乳食教室(スタート編)
☎4～6カ月の乳児の保護者
回3月12日(火)10:00～11:00
場中保健センター
☎離乳食の進め方など。管理栄養士による離乳食に関する電話相談も実施
☎アプリ「母子モ」か電話で、同課(☎504-2528)へ。先着20人

お知らせ

3月の市民相談(要予約)

相談名	期日
表示登記・境界相談※	4日(月)
交通事故相談※	5日(火)
行政書士法律手続相談	6日(水)
司法書士法律相談	7日(木)
行政相談	8日(金)
人権相談	13日(水)
年金・労働相談	19日(火)

【時間】13:00～16:00。1人30分
☎電話で区政調整課へ。※は当日10:00まで随時予約可。その他の相談は、当日の8:30から
☎☎504-2543、☎541-3835

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(3月)		内容など
保育園	基町	221-5303	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※
	竹屋	241-1860	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(2組)
	吉島	243-0022	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※
	本川	292-4470	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(2組)
	神崎	231-7831	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(5組)
	舟入	232-3698	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※
	江波	231-7934	2日(土)	10:00～11:00	サタデー広場※(5組)
	江波第二	292-8166	随時	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※
	ゆりかご	241-6989	毎週(水)	10:00～12:00	園庭開放
	報恩	231-5439	2日(土)	10:00～12:00	わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	中島	241-7775	6日(水)	9:30～10:30	園庭開放、わかばママ・パパ応援教室※(3組)
	広島YMCA	227-2884	9日(土)	10:00～15:00	育児面接相談(育児全般について)※
	ルーテル	241-2479	13日(水)	10:00～11:00	みんなで遊ぼう、身体測定※(5組)
	真和	231-9718	12日(火)	10:00～11:30	園庭で遊ぼう
幼稚園	千田	243-2766	毎週(火)	10:00～11:30	園庭開放
	ともえ	228-6088	7日(木)、9日(土)	10:00～11:00	わかばママ・パパ応援教室
	かおる	291-0321	7日(水)	10:00～11:00	園庭開放
	リトルメイト	244-2525	4日(月)	10:00～11:00	わかばママ・パパ応援教室※
	りらっくす白鳥	225-7572	7日(水)	10:00～11:00	屋上園庭で遊ぼう
	りらっくす竹屋	207-1821	11日(月)	10:00～11:00	リトミック※(5組)
	順正寺	241-7062	7日(水)	10:00～11:00	園庭開放
	栄光	231-3468		随時	育児相談
	安田	221-2763	2日(土)	10:30～11:30	園庭のみ開放※ 予約はHPで
	聖母	221-3207		聖母幼稚園HPに掲載	未就園児クラス「たんぽぽ組」の見学・体験
	広島中央	246-4094	4日(月)	10:00～11:30	室内遊び
	広島三育学院	241-3010	6日(水)	9:30～11:00	室内遊び ☎0～3歳児と保護者
	たちばな	243-5174		随時	電話による育児相談
	慈光	241-8059	22日(金)	9:30～10:30 受付9:00から	お外遊び いろいろな乗り物に乗ってみよう ☎1～2歳児と保護者
	吉島	244-2225	4日(月)	10:15～11:15	お花を飾ろう! ※(10組)
	基町	228-3888	(月)～(金)	9:00～11:30	園庭開放、絵本貸し出し、すくすく子育て相談

子育てオープンスペース

0歳から未就園児までの子育て中の親子が気軽に集い、交流できる場です。



会場・問い合わせ	オープンスペースの名称	日時
中央公民館	ちゅうこう	3/15(金) 10:00～12:00
☎同公民館(☎221-5943、☎221-5118)	当日先着20組	
基町児童館	ほかほか	3/14(木) 10:00～11:30
☎同中央公民館(☎221-5943、☎221-5118)		
幟町児童館	リトルキッズクラブ	毎週(木) 10:30～12:00
☎同児童館(☎228-7495、13:00～18:00)		
袋町児童館	エンジェルズ Angel's Pouch	3/15(金) 10:30～12:00
☎同児童館(☎244-4029、13:00～18:00)		
竹屋公民館	子育て「ばんばー」	3/8(金) 10:00～12:00
☎同公民館(☎、☎241-8003)		
千田児童館	オープンスペース千田	3/8(金) 10:00～11:30
☎同児童館(☎244-8030、13:00～18:00)		
本川児童館	オープンスペースぽっぽ	3/13(水) 9:30～11:30
☎同児童館(☎293-1373、13:00～18:00)		
中島集会所	中島子育てサロン	3/4(月) 10:00～12:00
☎同吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127)		
吉島公民館	オープンスペースしゅーぽっポ	3/11(月) 10:00～12:00
☎同公民館(☎246-4121、☎246-4127)		
中島児童館	中島めっこサロン	3/13(水) 10:00～12:00
☎同吉島公民館(☎246-4121、☎246-4127)		
舟入公民館	ぶっかぶっか舟入	3/4(月)、18(月)、25(月) 10:00～11:30
☎同公民館(☎、☎295-5003)		
舟入児童館	ちびっ子ひろば	3/13(水) 10:00～12:00
☎同舟入公民館(☎、☎295-5003)		
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	3/15(金) 10:00～11:30
☎同舟入地区社会福祉協議会(☎503-2405、(火)・(金)10:00～12:00、☎504-2175)		
江波集会所	江波っ子の集い	3/7(木) 10:00～12:00
☎同舟入公民館(☎、☎295-5003)		
江波集会所	江波っ子の集い2	3/21(木) 10:00～12:00
☎同舟入公民館(☎、☎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