

# くらしのガイド

電話はできるだけ各課直通ダイヤルのご利用を。市役所・各区役所の代表電話 ☎082-245-2111(共通)

区役所ファクス			
中	541-3835	安佐南	877-2299
東	262-6986	安佐北	815-3906
南	252-7179	安芸	822-8069
西	232-9783	佐伯	923-5098

## 記号の説明

対象者 日時 会場  
内容 ¥参加費など 持持参物  
申込方法 問い合わせ先  
HP ホームページ

料金や申込方法の記載のないものは、無料、申込不要。1時間未満の催しは、開始時間のみ記載。休は、3月15日～4月14日までの土日曜日、祝・休日以外を休館日としている場合に記載します

「高校生\*」は、高校生相当年齢の人、「シニア」は65歳以上の人です ※年齢の証明が必要

いいきい は高齢者いきいき活動ポイント、は広域都市圏ポイント対象事業です ※同時に受領不可

## 申し込みの際の必要事項

- 催し名・講座名 ●〒住所
  - 氏名(ふりがな) ●年齢(児童生徒は学年も) ●電話番号
  - その他記載事項
- ※往復はがきの場合は返信面も明記

## 市ホームページ/公式SNS など

市は、これらを利用して、暮らしに役立つ情報を発信しています

<p>ホームページ</p> 	<p>LINE</p> 
<p>X</p> 	<p>フェイスブック Facebook</p> 
<p>Instagram</p> 	<p>YouTube</p> 

## テレビ広報番組

元就。二百万一心!

RCCテレビ 土曜日 21:54~22:00

鈴木福のミミヨリ! ひろしま

RCCテレビ 日曜日 21:54~22:00

(放送日時は変更になる場合があります)

## 福祉・健康

### 国民年金保険料が4月から変わります

来年3月分までの同保険料は、月額1万6980円(前年度より月460円の増額)になります。口座振替、クレジットカードでの納付は事前に申し込みが必要です。詳しくはお問い合わせを。

問最寄りの年金事務所

年金事務所	電話	ファクス
広島東	228-3131	221-3042
広島西	535-1505	535-1506
広島南	253-7710	505-5122

### 緑の講座「母の日のプリザーブドフラワーアレンジメント」

対障害のある人  
日4月28日(日)10:00~12:00  
場心身障害者福祉センター  
¥2,500円  
申返信用はがきか63円を添えて直接か、往復はがき(〒732-0052 東区光町二丁目1-5)で、必要事項(6㉟左)、ファクス番号、障害の状況、介助者の参加の有無を、3月31日(日)(必着)までに。抽選15人  
問☎261-2333、☎261-7789  
休(水)、3月21日

### 障害者①ボウリング大会、②陸上競技大会

10月開催の全国障害者スポーツ大会の代表選考を兼ねます。  
対今年4月1日時点で13歳以上で、市内に在住か市内の学校・施設に在籍する次のいずれかの人 ①知的障害者が精神障害者、②身体障害者(内部障害者)、③身体障害者(外部障害者) ●知的障害者 ●精神障害者 ※詳しくは障害者スポーツ協会HPで  
日①4月14日(日)10:30~13:00(9:30から受け付け)、②5月12日(日)9:30~16:00(8:00から受け付け。雨天決行)  
場①広電ボウル(中区平野町10-16)、②ホットスタッフフィールド広島  
申所定の申込書で、3月31日(日)(必着)までに、同協会へ。申込書は同協会、障害福祉課、区福祉課で。①先着120人。貸し靴は、当日各自で申し込み(1足400円)  
問☎、☎263-3394  
休(水)、3月21日

### 3月20日(祝・水) 家庭ごみの収集

- 「可燃ごみ」と「ペットボトル・リサイクルプラ」の収集はありません
  - 「資源ごみ・有害ごみ」、「不燃ごみ」、「その他プラ」は通常どおり収集します
- 問各環境事業所、業務第一課 (☎504-2220、☎504-2229)

### 世界自閉症啓発デー記念講演会

日4月7日(日)13:00~15:30  
場市総合福祉センター  
内発達障害のある人がそれぞれの暮らしの様子を発表  
申所定の申し込みフォームで。先着100人  
問同講演会実行委員会(☎090-8992-0029、☎892-3860)

### 高齢者いきいき活動ポイント手帳(オレンジ色の表紙)の提出は3月末まで

使用期間が令和4年9月1日~5年8月31日の高齢者いきいき活動ポイント手帳は、ポイントを貯めている場合、3月29日(金)(必着)までに、事前に送付している所定の返信用封筒(ない場合は、別の封筒に120円切手を貼る)で郵送か、高齢福祉課か区福祉課へ持参してください。  
※表紙が青緑色のポイント手帳の提出期限は来年の3月末  
問同ポイント事業等コールセンター(☎512-0290、☎504-2136)



### 要支援高齢者等交通費助成申請・変更は3月末まで

対令和5年9月1日時点で市内に在住の65歳以上の要支援者が要介護者(所得制限あり、障害者公共交通機関利用助成対象者などは除く)  
申新規申請は、届いた申請書を、3月29日(金)(消印有効)までに、同封の返信用封筒で返送。変更・申請の取り下げは、3月29日(金)までに、利用券を持参し高齢福祉課か区福祉課へ ※高齢者いきいき活動ポイント手帳(青緑色の表紙)の上限を100ポイントにする場合は、交通費助成の取り下げが必要(表紙がオレンジ色のポイント手帳は変更不可)  
問同ポイント事業等コールセンター(☎512-0290、☎504-2136)

### 障害者公共交通機関利用助成申請は3月末まで

対次のいずれかに該当する人(申請済みの人は手続き不要)  
●令和4年9月2日~5年9月1日に、新たに障害者手帳を取得したか障害等級などが変わった  
●令和5年6月か10月に、市から申請書が届いたが返送していない  
申届いた申請書を、3月31日(日)(消印有効)までに、同封の返信用封筒で返送 ※重度障害者福祉タクシー利用助成の対象者は除く  
問障害福祉課(☎504-2147、☎504-2256)、精神保健福祉課(☎504-2228、☎504-2256)

### 精神対話士による ほっ! と相談

日3月24日(日)14:00~16:00  
場市総合福祉センター  
内心のケアの専門職が病気や生活、仕事などの相談に応じる  
申電話で、広島「ほっ! と相談」実行委員会へ  
問☎070-7648-0631、☎577-9600

## 講座・講習会

### 手話奉仕員養成講座(①入門、②基礎)

対市の登録手話通訳者をを目指す人で、①手話経験のない18歳以上、②入門課程修了者か全国手話検定3級以上  
日5月8日~12月4日(水)、19:15~20:45。①②各全30回  
場区地域福祉センター(①東・西、②中・東)  
¥①6,050円、②3,300円  
申往復はがき(1人1枚)で、必要事項(6㉟左)、メールアドレス、希望会場、①は応募動機、②は入門課程修了か検定3級合格年度を、3月29日(金)(必着)までに、市ろうあ協会(〒732-0052 東区光町二丁目1-5)へ。先着①②各60人  
問☎、☎262-2579、電話は(月)・(火)・(木)・(金)の9:30~12:00

### 合人社ひと・まちプラザの講座

対パソコンの文字入力、基本操作ができる人

講座名	日時
①簡単!画像加工	5/12~26日(日)、13:30~15:30。全3回
②すぐに使えるワー	5/17~7/12の隔週(金)、10:00~12:00。全5回
③すぐに使えるエク	5/17~7/12の隔週(金)、13:30~15:30。全5回

内①フリーソフトを活用した写真の修整・加工  
¥①3,500円、②③各5,500円  
申往復はがき(〒730-0036 中区袋町6-36)かファクスで、必要事項(6㉟左)を、4月30日(火)(必着)までに。抽選①~③各35人  
問☎545-3911、☎545-3838  
休3月18日

### 盲ろう者向け通訳・介助員養成講座

日6月1日~8月10日(土)、10:00~15:00(7月6日、27日は16:00まで)  
場市総合福祉センター  
内盲ろう者の自立と社会参加を図るための通訳・介助員の養成  
申往復はがきかファクスで、必要事項(6㉟左)、生年月日、職業、障害の有無、手話か点字の経験があれば経験年数、応募動機を、5月17日(金)(必着)までに、広島盲ろう者友の会(〒732-0052 東区光町一丁目1-23-202)へ。先着30人  
問☎258-2966、☎258-2961

### 野菜作り体験講座



対市内に在住か通勤・通学の人と家族  
日4月14日~来年3月23日の原則第2・4(日)、13:00~15:00。全24回  
場ひろしま市民の里@安佐内土づくり・種まきから収穫までの体験(野菜作り初心者向け)  
¥年間5,000円/組  
申農林水産振興センターHPか往復はがきで、参加者全員の必要事項(6㉟左)を、3月27日(水)(必着)までに、同センター農林振興課(〒739-1751 安佐北区深川八丁目30-12)へ。抽選15人  
問☎845-4347、☎845-4350

### 医療関係者向け手話講習会

対医療に従事している人、将来従事を希望する人  
日5月9日~10月31日(木)、19:00~20:30。全25回  
場中区地域福祉センター  
内院内での聴覚障害者への理解とケアの促進を学ぶ  
¥7,000円  
申県手話通訳問題研究会HPかファクスで、4月15日(月)までに。先着20人  
問☎568-6770、☎568-6771

### 要約筆記者養成講座(①手書き、②パソコン)

対18~65歳で、修了後、市の登録要約筆記者を目指す人  
日5月11日~11月16日(土)。全25回

日程(①②共通)	時間
5/11	12:30~17:00
6/1、29、7/27、9/14、28、10/19、11/2	10:00~12:00
7/20、11/9	13:00~16:00
11/16	10:00~15:30
上記以外	13:00~17:00

場市総合福祉センター、東区地域福祉センター  
¥①②各4,000円  
申はがきで、必要事項(6㉟左)、コース名を、4月12日(金)(必着)までに、中途失聴・難聴者協会(〒732-0052 東区光町二丁目1-5)へ。先着①②各20人  
問☎、☎263-4698、電話は(火)・(金)の13:00~16:00

### 上田宗箇流茶道教室

対18~30歳  
日4月~来年3月の原則毎月第1(土)、13:00~17:30。全12回。初回は4月13日(土)  
場青少年センター  
内基本の動作とお点前体験を楽しみながら学ぶ  
¥各回1,000円  
申電話かファクスで。先着10人程度  
問☎228-0447、☎228-7074  
休(火)、3月21日