

# 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、4月15日～5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

いいきは高齢者いきいき活動ポイント、ひろ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

ホームページ	LINE

X	フェイスブック Facebook

Instagram	YouTube

## 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

### 介護用品の支給

対 次の全てに該当する人かその家族(市内在住) ●市内に在住で在宅介護を受けている ●要介護4か5 ●生活保護などを受けているか市民税非課税世帯

内 月額6,500円の範囲内で紙おむつなどを現物支給。今年度の委託事業者や取扱商品など詳しくは市HPで

申 直接、区福祉課へ

区	連絡先	区	連絡先
中	☎504-2570 ☎504-2175	安佐南	☎831-4941 ☎870-2255
東	☎568-7730 ☎568-7781	安佐北	☎819-0585 ☎819-0602
南	☎250-4107 ☎254-9184	安芸	☎821-2808 ☎821-2832
西	☎294-6218 ☎233-9621	佐伯	☎943-9729 ☎923-1611

### 国民健康保険料の口座振替登録キャンペーン

来年1月31日(金)までに口座振替の登録をした人の中から、抽選で1,000人に、県産品を進呈します。詳しくは、市HPで。

問 キャンペーンについては県国民健康保険課(☎513-3213、☎502-8744)、登録については区保険年金課(☎は6ㄱ左)

区	電話	区	電話
中	504-2555	安佐南	831-4929
東	568-7711	安佐北	819-3909
南	250-8941	安芸	821-4910
西	532-0933	佐伯	943-9712

### 保健師などによる黒い雨体験者の健康不安相談

対・内本紙1ㄱ参照

■常設窓口

日 平日(8月6日、年末年始は除く)の10:00~16:00

場 原爆被害対策部援護課

申 電話で

■巡回相談会

会場	開催日
安芸区地域福祉センター	5/17(金)
安佐南区地域福祉センター	6/11(火)
佐伯区役所別館	7/5(金)
安佐北区地域福祉センター	7/19(金)
市役所本庁舎	9/9(月)
東区地域福祉センター	9/20(金)
南区役所別館	10/3(木)
西区地域福祉センター	10/25(金)
安佐公民館	11/8(金)
湯来南公民館	11/29(金)
安芸区地域福祉センター	12/16(月)
佐東公民館	来年1/17(金)

時間 10:30~16:00

申 電話で、各開催日の1週間前までに

問 ☎504-2613、☎504-2257

### 納期をお忘れなく

固定資産税・都市計画税 第1期 (納期限4月30日(火))

●納付は便利で安心な口座振替で。詳しくは市HPで

市HP ページ番号 1890

### 奨励金振込口座登録用紙の提出期限は4月末まで

対 高齢者いきいき活動ポイント手帳(使用期間が令和4年9月1日~5年8月31日)を提出した人で、奨励金振込口座登録用紙を提出していない人

提出方法 高齢福祉課から送付された所定の返信用封筒(ない場合は、別の封筒に84円切手を貼る)を郵送か持参で、4月30日(火)(必着)までに

問 同ポイント事業等コールセンター(☎512-0290、☎504-2136)

### 妊婦健康診査の助成

対 次の全てに該当する人

●4月1日以降の受診時に市内に在住 ●予定日(40週)を超えている ●15回(多胎の場合は20回)目以降の妊婦健康診査を全額自己負担で受診

内 妊婦健康診査に係る費用。上限6,180円/回

申 所定の申請書と必要書類を、出産から6カ月以内に、こども青少年支援部へ。申請書や必要書類など、詳しくは市HPで

問 ☎504-2623、☎504-2727

### 成年後見制度講演会

会場 (区地域福祉センター)	開催日
①南区	6/5(水)
②安佐南区	6/6(木)
③安芸区	6/14(金)
④西区	6/15(土)

※①はオンラインもあり

時間 ①10:00~12:00、②~④13:30~15:30

申 市社会福祉協議会 HPか電話、ファクス、郵送で、必要事項(6ㄱ左)、要約筆記・手話通訳・車いす席が必要な場合はその旨を、5月7日(火)(必着)までに、成年後見利用促進センター(〒732-0822 南区松原町5-1)へ。先着各80人

問 ☎207-3367、☎264-6437

### 20歳以上の学生の国民年金保険料後払い制度

経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合は、在学中の保険料を社会人になってから納めることができます。申請は毎年度必要です。

対 大学、大学院、短大、高等学校、高等専門学校などに在学し、本人の前年の所得が一定額以下(扶養親族などがいない場合は、128万円以下)の人

申 年金手帳が基礎年金番号通知書、学生証など学生であることを証明するものを持って、お住まいの区の保険年金課か出張所へ

問 区保険年金課(☎は6ㄱ左)

区	電話	区	電話
中	504-2556	安佐南	831-4931
東	568-7712	安佐北	819-3910
南	250-8944	安芸	821-4910
西	532-0935	佐伯	943-9713

### 精神科医師による①ひきこもり相談、②依存症相談

対 市内に在住の18歳以上で、精神科などの治療を受けていない人と家族で、①ひきこもりに悩む人、②アルコール・薬物の乱用・依存に悩む人

日 毎月第2①(火)(来年2月は第1(火))、②(木)の、13:00~15:00

場 精神保健福祉センター

申 電話で、前日までに

問 ☎245-7746、☎245-9674

### れんげ草のつどい・ひろしま

日 奇数月の第2(金)、14:00~16:00

場 市保健所

内 家族などを自死で亡くした人が、思いなどを分かち合う

問 精神保健福祉センター(☎245-7746、☎245-9674)

### 高次脳機能障害の①生活相談(グループ相談)、②個別相談

対 病気や事故などで脳に損傷を受けた後遺症で、日常生活に支障のある人とその家族など

日 毎月第2(火)(来年2月は第3(火))の①10:00~12:00、②14:00~16:00

場 中区地域福祉センター

申 ②電話かファクスで、前日までに、高次脳機能障害サポートネットひろしまへ

問 ☎080-4901-5613、平日10:00~16:00、☎554-0702

## 講座・講習会

### ①“ひろしまそだち”野菜アドバイザー、②食農コーディネーター育成研修

対 市内に在住か通勤の18歳以上

日 5月~令和①7年3月、②8年3月の、平日。1回2時間程度。全①10回、②20回

場 農業振興センターなど

内 講義、実習、農家視察など

申 所定の申込書で、4月22日(月)(必着)までに。申込書は、同センターHP、同センター、農政課、市役所市民ロビー、区役所などで。選考①10人程度、②5人程度

問 農林水産振興センター(☎845-4347、☎845-4350)

### 市大英語eラーニング講座

対 高校卒業程度の英語力とパソコンのメールアドレスがあり、パソコン操作ができる人

日 5月11日(土)~7月26日(金)

場 オンライン ※開講式、閉講式は市立大学サテライトキャンパス

¥5,000円~1万8260円

申 同大学HPで、4月24日(水)までに。詳しくは募集案内で。募集案内は、同大学HP、市役所市民ロビー、区役所、公民館で。先着80人程度

問 同大学語学センター(☎830-1509、☎830-1794)

### シルバー人材センター①入会説明会、②女性限定入会説明会・講座

対 市内に在住の①60歳以上、②60歳以上の女性

日程	場所	定員
4/19(金) 14:00	シルバー人材センター本部	50 <sup>人</sup>
4/22(月) 13:30	佐伯区地域福祉センター	各20
4/23(火) 14:00	安芸区役所	
① 4/24(水) 14:00	高陽公民館	
4/26(金) 10:00	南区地域福祉センター	
4/30(火) 14:00	東区地域福祉センター	30
5/2(木) 14:00	西区地域福祉センター	
② 4/25(木) 13:30	シルバー人材センター本部	

※①各1時間程度、②1時間半程度

内 ②講座「いきいきストレッチ教室」後、入会説明会を開催。詳しくは同センターHPで

持 入会希望者は写真2枚(3ㄱ×2.5ㄱ)

申 電話で、同センターへ。先着順

問 ☎223-1156、☎223-8528

### 平和記念公園を英語でガイド!(①初級、②中級)

対 15~30歳(中学生は除く)。①英検2級・TOEIC500点程度、②英検準1級・TOEIC740点程度の英会話ができる人

内容	日程 (①②各全4回)	時間
座学	5/8~22(水)	18:30~20:30
現地研修	5/26(日)	10:00~13:00

場 JMSアステールプラザ、平和記念公園

申 所定の申込書で、5月2日(木)(必着)までに。申込書は、同プラザHPなどで。先着①②各25人

問 ☎244-8000、☎246-5808

### ヒロシマ・ピースフォーラム

対 広島広域都市圏内に在住か通勤・通学の人

日 5月18日、6月1日、7月13日(土)、13:30~16:30。全3回

場 平和記念資料館など

内 原爆や平和について学び、平和のためにどのように行動すべきかを考える

申 所定の申込書で、5月6日(木)(必着)までに、平和文化センター平和市民連帯課へ。申込書は、同センターHP、同課、区役所などで。抽選100人

問 ☎242-8872、☎242-7452

### ブラック企業の見分け方セミナー

対 求職中の人

日 5月9日(木)11:00~12:00

場 じごとの相談カフェiroha

申 同施設HPが電話で、5月8日(水)12:00までに。先着10人

問 ☎、☎546-3160、電話は平日10:00~19:00