

くらしのガイド

安佐北区版

市役所・区役所へのお問い合わせ・申し込みは12月2日(月)から

健康

原爆被害対策部(☎504-2195) 援護課(☎504-2257)

◆被爆者健康診断

開催日	会場	時間
12/4(水)	倉掛公民館	10:00～11:00
	落合集会所	13:00～14:00
12/11(水)	口田公民館	9:30～11:30
12/13(金)	後山集会所	10:00～11:00
	筒瀬福祉センター	13:00～14:00
12/22(日)	口田公民館	9:30～11:30

※肺がん検診を同時に受診可

◆被爆者胃がん・肺がん検診

開催日	会場	時間
12/22(日)	口田公民館	9:00～10:30

※胃がんは予約制

☎電話で

地域支援あい課
☎819-0616、819-0586
☎819-0602

◆精神科医師による心の健康相談

☎夜眠れない、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人
☎12月19日(水)13:30～15:00
☎区総合福祉センター
☎電話(☎819-0616)で、12月18日(水)までに。先着2人

◆精神保健福祉家族会「あゆみ会」の会員が対応する家族相談会

☎12月4日～25日の(水)、10:00～12:00 ※18日(水)は除く
☎区総合福祉センター
☎電話(☎819-0616)で

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。

がん検診を受診する場合、生活保護世帯、市民税非課税世帯、受診時70歳以上のいずれかであることを証明するものか、後期高齢者医療被保険者証を持参した人は無料。また、会社などで受診できる人は除く。

◆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
☎今年度末時点で40歳以上。いずれも会社などで受診できる人は除く。①は国民健康保険被保険者と後期高齢者医療被保険者など

開催日	会場	時間
12/19(水)	落合集会所	13:30～14:30
12/22(日)	口田公民館	9:00～11:00
1/9(水)	日浦公民館	13:30～14:30

¥①無料、②各400円

☎①受診券、保険証、②チケット型の受診券

☎当日会場で。大腸がん検診はがん検診受診券に同封のがきで、事前に採便器の請求を

◆③子宮頸がん検診、④乳がん検診

☎③受診時に20歳以上、④今年度末時点で40歳以上の女性
※いずれも2年に1回受診可

開催日	会場	時間
2/19(水)	区総合福祉センター	9:30～11:00
2/21(金)*	倉掛公民館	
2/28(金)	区総合福祉センター	

*4月に送付したがん検診のお知らせで、倉掛公民館は2月12日(水)でしたが2月21日(金)に変更しました

¥③1,000円、④1,500円

☎チケット型の受診券

◆ミニ人間ドック

元気じゃ健診と五つのがん検診を同時に受診できます。

開催日	会場	時間
2/13(水)	イオンモール広島祇園	10:00～12:30

※③子宮頸がん検診、④乳がん検診、ミニ人間ドックは予約制
☎電話で集団検診予約ダイヤル(☎0120-489-431、平日9:00～16:30、電話でのやり取りが難しい人は☎504-2258)か市HPで。先着順

広島市	集団検診	検索
-----	------	----

◆骨粗しょう症検診

☎男性:受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢の人、女性:受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢の人

開催日	会場	時間
12/19(水)	真亀公民館	9:00～11:30
12/22(日)	口田公民館	9:00～11:00
1/8(水)	イオンモール広島祇園	10:00～12:30
1/14(水)		

¥1,000円

☎年齢が確認できるもの

☎当日会場で

子育て
地域支援あい課
☎819-0616、819-0586
☎819-0602

◆常設オープンスペース

乳幼児と保護者、妊婦が気軽に集い交流できる場です。詳しくは右二次元コードで。

スマイルあさきた

☎平日の10:00～15:00

☎区総合福祉センター

☎園地域子育て支援センター(☎819-0617、☎819-0602)

すずらんひろば高陽

☎平日の10:00～15:00

☎高陽タウンセンタービル(亀崎一丁目2-4)

¥1家族につき100円/回

☎☎516-5353、☎516-5355

OPEN SPACE ひすい可部

☎(月)から(土)の9:00～14:00(祝、

(休)は除く)

☎安佐医師会病院

¥1家族につき登録料:100円/年、利用料:100円/回

☎電話かショートメールで。先着10組(イベントのみ)

☎☎090-9391-0193

◆初めての離乳食教室

☎4～6カ月児の保護者

☎12月4日(水)10:00～11:30

☎区総合福祉センター

☎初期の進め方の話と調理実演

☎電話(☎819-0586)かひろしま子育て応援アプリ母子モで。先着12人

◆健康相談室

開催日	会場	時間
12/9(月)	高陽公民館	9:30～11:00
12/11(水)	真亀公民館	
12/13(金)	三入公民館	
12/17(水)*	区総合福祉センター	
12/20(金)	安佐公民館	10:00～11:00

*は管理栄養士による栄養相談も併せて行います

☎健康・育児相談、身体測定

☎母子健康手帳、バスタオル

◆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。

☎12月26日(水)9:30～11:30。1人30分程度

◆9カ月からの離乳食教室

☎9～12カ月児の保護者

☎12月19日(水)10:00～11:30

☎区総合福祉センター

☎後期・完了期の進め方の話と展示

☎電話(☎819-0586)かひろしま子育て応援アプリ母子モで。先着12人

催し
大和興産安佐北区スポーツセンター
☎843-4999 ☎843-4998
(水)(木)

◆はじめてのトレーニング

☎中学生以上のトレーニング初心者

☎開館日の14:00～20:00。1人1時間程度

☎マシン・用具の使い方について指導

¥初回は100円/人。2回目以降は大人560円。シニア・中学生～高校生310円

☎電話か窓口で、前日までに

◆安佐北ソフトバレー交流会

☎18歳以上

☎12月5日～19日の(水)、10:00～12:00

☎交流試合 ※チームでも個人でも参加可

¥500円/回

☎当日9:45から窓口で。先着各日40人

◆お手軽アクアビクス



☎18歳以上

☎12月6日～20日の(金)、13:30～15:00

☎水中で行うエアロビクスでフィットネス

¥500円/回

☎当日13:15から窓口で。先着各日18人

◆親子かけっこレッスン



☎4歳～小学校3年生と保護者

☎1月12日(日)10:00～11:00

☎かけっこの技術習得のためのプログラムを親子で実践

¥500円/組

☎12月1日(日)午前9:00から、窓口で。空きがあれば10:00から、電話で。先着12組

安佐北区民文化センター
☎814-0370 ☎814-0770
(休)(月)、年末年始は12/29～1/3

◆あさきた神楽公演



☎12月15日(日)14:00開演

【出演】横田神楽団

【演目】筑波山、紅葉狩

¥自由席1,000円(中学生以下無料)、エリア指定席1,200(中学生以下300)円

☎エリア指定席チケットは同センター、セブンイレブンで販売。

当日13:00から同センターで自由席とエリア指定席(前日までの残り券)を販売

◆おためしステージ演奏会

音響反射板を設置したホールでピアノの試奏や持ち込み楽器の演奏ができます。

☎1月28日(水)、29日(木)、30日(金)の16:00～20:00 ※1時間ごとに1組の利用。1組は連続で2時間まで利用可

¥2,000円/時間 ※電源を利用する場合は別途250円/時間

☎電話か窓口で。先着順

◆令和7年 ASAKITAサロンコンサート【出演団体募集】

☎所定の用紙に記載の日時

☎楽器演奏、歌、踊り(ジャンル不問のアットホームなコンサート) ※出演条件は、所定の用紙で確認を

☎所定の用紙で1月4日(土)～31日(金)までに郵送かファクスで区民文化センターへ。所定の用紙は、同センターや区内公民館、他区文化センター、同センターHPで

安佐北区図書館
☎814-0340 ☎814-0604
(休)(月)、29日(日)、31日(火)

◆おはなし会

日時		対象	読む人
12/19(木)*	10:30 11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
12/21(土)	14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある
12/22(日)			はらぺこあおむし

☎絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☎当日会場で *19日(水)は10:00から整理券を配布。先着各回10組

◆図書館の展示「日本を、世界を

知る」

☎12月28日(土)まで

☎世界と日本の文化の違いに関する図書の展示

◆人権擁護委員の活動紹介

12月4日～10日は人権週間です。法務大臣から委嘱されたボランティアである人権擁護委員は、地域の皆さんからの人権に関する相談に応じているほか、さまざまな人権擁護活動を行っています。その一つ「人権の花」運動を紹介します。



☎市内の小学生が花を育てることで、命の大切さや思いやりなど、基本的人権を尊重する精神を育むことを目的に、広島法務局と市、人権擁護委員が連携して活動。今年度は下記の学校にヒヤシンスの球根を贈呈

【贈呈先】

可部南、井原、倉掛、口田東、志屋、亀崎、高南、飯室、三田の各小学校。広島、広島北の各特別支援学校

☎広島法務局人権擁護部

(☎228-5790、☎228-8087)

認知症の人と家族の会の集い

認知症の人とその家族や支援者などが集まり、認知症や介護について学び、悩みを相談できる場です。

開催日	会場	時間
12/10(水)	生協ひろしまコープ高陽	10:00～12:00
12/16(月)	区総合福祉センター	13:30～15:00

☎園地域支援あい課(☎819-0587、☎819-0602)

行政困り事相談

役所の仕事や手続き(道路、河川、社会福祉、公共施設など)に関する困りごと・要望に行政相談委員が対応します。

開催日	会場	時間
12/5(水)	安佐公民館	14:00～16:00
12/11(水)	白木公民館	13:30～16:00
12/13(金)	真亀公民館	13:00～16:00
12/18(水)	※区役所	

※区役所での相談のみ、当日8:30から要電話予約(区政調整課☎819-3903)

☎総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

あさきた寄席

☎12月14日(土)14:00～16:30

☎区民文化センター

【出演】秋風亭てい朝、風呂哲州、ジャンボ衣笠、奇々亭萬足、柱笑福、鯨韻亭馬笑九

¥500円(当日券のみ)

☎JMSアステールプラザ安佐北区民文化センター事業担当(☎244-8000、☎246-5808)