

くらしのガイド

安佐北区版

市役所・区役所への問い合わせ・申し込みは2月3日(月)から

献血にご協力を

400mlのみの受け付けです。

開催日	会場	時間
2/16(日)	□田郵便局	9:30～12:00 13:15～15:30
3/2(日)	三田集会所	9:30～12:00 13:00～15:30

☎生活課 (☎819-0575、☎819-0602)

健康

原爆被害対策部 (☎504-2195) 援護課 (☎504-2257)

◆被爆者子宮がん・乳がん検診

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	

☎電話で

地域支えあい課 ☎819-0616、819-0586 ☎819-0602

◆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

☎2月5日～26日の(水)、10:00～12:00

☎区総合福祉センター

☎電話 (819-0616) で

◆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

¥1,000円

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

☎年齢が確認できるもの

☎当日会場で

◆精神科医師による心の健康相談

☎夜眠れない、心身の不調、ひきこもり、飲酒の問題、物忘れなどでお悩みの人

☎2月20日(木)13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎電話 (819-0616) で、2月19日(水)までに。先着2人

子育て

地域支えあい課 ☎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

☎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

☎イベント時のみ電話かショートメールで

☎☎090-9391-0193

◆健康相談室

開催日	会場	時間
2/5(水)	日浦公民館	
2/10(月)	高陽公民館	
2/14(金)	亀山公民館 三入公民館	9:30～11:00
2/18(火)*	区総合福祉センター	
2/19(水)	真亀公民館	
2/21(金)*	安佐公民館	10:00～11:00
2/26(水)	白木公民館	
2/28(金)	□田公民館	9:30～11:00

*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、乳幼児の身体測定

☎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。

☎2月27日(休)9:30～11:30。1人30分程度

☎区総合福祉センター

☎電話 (819-0586) で。先着4人

◆初めての離乳食教室

☎4～6カ月児の保護者

☎3月5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

◆卒乳相談会

自分たちらしい“おっぱい卒業の日”を迎えるために、相談してみませんか。

☎3月10日(月)10:00～12:00。1組20分程度

☎すずらんひろば高陽(亀崎一丁目2-4)

☎助産師による個別相談

【講師】なゆた助産所助産師・中岡祐子氏

¥オープンスペース利用料100円

☎2月17日(月)から、電話で、地域子育て支援センターへ。先着6組

☎地域子育て支援センター (☎819-0617、☎819-0602)

催し

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

◆親子水なれレッスン

☎来年度小学生になる幼児と保護者

☎3月8日(土)11:00～12:00

☎親子で水遊び、顔つけ、もぐり

¥600円/組

☎2月1日(土)9:00から、窓口で。空気があれば10:00から、電話で。

先着10組

◆体操体験

☎来年度小学生になる幼児と小学生

☎3月15日(土)10:00～12:00

☎跳び箱や鉄棒、マット運動の基本的な指導

¥600円/人

☎2月1日(土)9:00から、窓口で。空気があれば10:00から、電話で。

先着60人

◆親子かけっこレッスン

☎4歳～小学校3年生と保護者

☎3月16日(日)10:00～11:00

☎かけっこ技術習得のためのプログラムを親子で実践。保護者の健康づくりの指導

¥500円/組

☎2月1日(土)9:00から、窓口で。空気があれば10:00から、電話で。

先着12組

◆スポーツキッズ-コーディネーショントレーニング-

☎来年度小学生になる幼児

☎3月22日(土)10:00～11:00

☎鬼ごっこやボール遊び、跳び箱などを通して運動機能の発達を促進

¥500円/人

☎2月15日(土)9:00から、窓口で。空気があれば10:00から、電話で。

先着24人

安佐北区民文化センター

☎814-0370 ☎814-0770

(休)(月)(24日は除く)、11日、12日

◆あさきた神楽公演

☎2月9日(日)14:00開演

【出演】宮崎神楽団

【演目】葛城山、八岐大蛇

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

☎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から同センターでエリア指定席(前日までの残り券)と自由席を販売

◆やまびこ発表会

【作品展示の部】

☎2月19日(水)～3月2日(日)の9:00～18:30 ※最終日のみ17:00まで

☎区で活動する人の絵画・書・工芸・手芸・写真を展示

【ステージの部】

☎2月22日(土)11:00開演、23日(日)

10:00開演

☎日本舞踊やフラダンス、コーラス、楽器演奏など。各日バザー開催

◆フラワーアレンジメントワークショップ

☎3歳以上 ※未就学児は保護者同伴

☎3月15日(土)①10:00～11:00、②11:00～12:00、③12:00～13:00、④13:00～14:00

☎春のフラワーアレンジメント入門編

【講師】フラワーサークル HANANO*WA代表・中野順子氏

¥1,200円

☎所定の募集チラシで、同センターへ。募集チラシは各文化センターや区内公民館で。先着各回5人

◆あさきた健康講座

☎3月19日(水)10:00～11:30

☎スクワット・筋トレ入門編

【講師】県スポーツトレーナー・山田澄子氏

¥500円/人

☎所定の募集チラシで、同センターへ。募集チラシは各文化センターや区内公民館で。先着15人

安佐北区図書館

☎814-0340 ☎814-0604

(休)(月)(24日を除く)、11日、12日、25日

◆おはなし会

日時	対象	読む人
2/15(土) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなしあるある
2/20(木)* 10:30 11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
2/23(日) 14:00	幼児・小学生と保護者	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 ※20日(木)は10:00から整理券を配布。先着各回10組

◆安佐北区図書館農業・園芸講座

【野菜の育て方・楽しみ方】

☎中学生以上

☎3月2日(日)13:30～15:30

☎区民文化センター

☎野菜の上手な育て方を学ぶ初心者向け講座

【講師】JA広島市可部支店専門

宮農指導員・瀬川晴雄氏

☎2月1日(土)9:00から市図書館HPか窓口、電話、ファクスで。先着30人

◆図書館の展示「列車に乗って」

☎2月28日(金)まで

☎鉄道に関する図書館の展示

みんなでレジーナの応援に行こう！

サンフレッチェ広島レジーナは、Jリーグ後半ホーム開幕戦となる3月8日(土)に、「観客動員1万人プロジェクト」としてさまざまなイベントを企画しています。抽選で1,000人に観戦チケットの割引クーポン(2,000円分)が当たる企画もあります。

みんなでエディオンピースウィング広島に集まってレジーナを応援しましょう！

詳しくは、申し込みHPで。

☎サンフレッチェ広島事業プロモーション部(☎259-3220)

市民公開講座「健康長寿の鍵はオーラルフレイル・フレイル予防-地域づくりとして取り組もう-」

☎3月15日(土)14:00～16:00

☎安佐南区民文化センター

☎講演、フレイルチェック体験

※手話通訳、要約筆記あり

【講師】東京大学高齢社会総合研究機構機構長・飯島勝矢氏

【司会】フリーアナウンサー・本名正憲氏

☎右二次元コード

かファクスで、氏名・電話番号・参加人数を明記し、安佐医師会事務局(☎873-1840、☎873-1846)へ。先着700人

☎地域支えあい課 (☎819-0587、☎819-0602)

精神保健福祉研修会

☎2月19日(水)13:30～15:00

☎区総合福祉センター

☎相手も自分も大切にする聴き方

【講師】臨床心理士・歌谷晶子氏

☎電話かファクスで、2月18日(火)までに、地域支えあい課へ

☎☎819-0616、☎819-0602

●税の申告・相談のお知らせ●

◆市民税・県民税の申告・相談

☎☎右表のとおり

☎●昨年1年間の収入が分かるもの(源泉徴収票など)

●社会保険料の領収書、医療費の明細書、国民年金保険料・生命保険料・地震保険料の支払証明書など

●マイナンバーカードまたは、マイナンバーが確認できる書類と運転免許証などの本人確認書類

※申告書は郵送でも提出できます

☎安佐北税務室(☎819-3913、☎815-1650)、北部市税事務所(安佐南区役所内)(☎831-5016、☎877-6288)

※申告に関するお問い合わせは、上記へご連絡ください

◆税理士による年金受給者の確定申告無料相談会

☎収入が年金のみの人

☎2月8日(土)9:30～11:40、13:00～15:00

☎区総合福祉センター

☎確定申告書の作成とe-Taxによる申告を代行

☎中国税理士会広島北支部(☎247-7439、☎242-2602)

開催日	時間	会場
3/17(月)まで ※(土)、(日)、(祝)、(休)は除く	9:00～16:00	安佐北区役所 1階第2会議室
2/3(月)	9:30～15:00	日浦公民館
2/4(火)	9:30～12:00 14:00～16:30	狩留家集会所 三田集会所
2/5(水)	9:30～12:00 14:00～16:30	久地集会所 安佐公民館
2/6(木)、7(金)	9:30～15:00	高陽公民館
2/8(土)	9:30～15:00	白木公民館
2/10(月)	9:30～12:00 14:00～16:30	志屋集会所 井原会館
2/12(水)	9:30～12:00 14:00～16:30	安佐小河内集会所 鈴張集会所
2/13(木)、14(金)	9:30～15:00	□田公民館