



献血にご協力を

400mlのみの受け付けです。

開催日	会場	時間
10/5(日)	久地南集会所	9:30～12:15 13:30～16:00
10/18(土)	アルゾ可部店	10:00～12:30 13:45～16:00

岡生活課(☎819-0575、☎819-0602)

健康

原爆被害対策部(☎504-2195) 援護課(☎504-2257)

被爆者健康診断

開催日	会場	時間
10/6(月)	安佐小河内集会所 区総合福祉センター	9:30～11:00
10/15(水)	亀山公民館	
10/20(月)	志屋小学校	
10/22(水)	安佐公民館	
10/27(月)	可部福祉センター	
10/29(水)	真亀公民館	

被爆者胃がん・肺がん検診

開催日	会場	時間
10/6(月)	安佐小河内集会所	9:00～11:00
10/15(水)	亀山公民館	
10/22(水)	安佐公民館	
10/23(木)	三入公民館	
10/29(水)	真亀公民館	

被爆者子宮がん・乳がん検診

開催日	会場	時間
10/6(月)	倉掛公民館	9:30～11:00 (予約制)

地域支援あい課

☎819-0616、819-0586 ☎819-0602

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。会社などで受診できる人は除きます。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を持参した人は無料。

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や後期高齢者医療被保険者など

開催日	会場	時間
10/17(金)	檜山集会所	13:30～14:30
10/20(月)	志屋小学校	
10/22(水)	鈴張集会所	
10/27(月)	県宮高陽住宅16号棟集会所	
10/29(水)	JA広島市小河原支店	
10/31(金)	三入公民館	
11/6(木)	久地南集会所	
11/10(月)	日浦公民館	
11/12(水)	白木公民館	
11/14(金)	可部南集会所	

②各400円

①受診券、資格確認書が資格情報のお知らせ、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はがきで、事前に採便容器の請求を
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
12/1(月)	区総合福祉センター	9:30～11:00

③1,000円、④1,500円
チケット型の受診券
⑤胃がん検診(X線)
今年度末で40歳以上の男女
¥1,100円

開催日	会場	時間
12/1(月)	高陽公民館	9:00～11:00
12/3(水)	倉掛公民館	

チケット型の受診券
③④⑤の検診を同時に受診できます。

③④⑤の検診を同時に受診できます。

開催日	会場	時間
12/11(木)	真亀公民館	9:00～11:30
12/14(日)	三入公民館	

③子宮頸がん検診、④乳がん検診、⑤胃がん検診、ミニ人間ドックは予約制
市HPか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)で。先着順

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。

10月23日(木)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
④ゆったりのびのび交流会
被爆者健康手帳を持っている人とその家族

①10月30日、②11月6日の(木)13:30～15:30
区総合福祉センター
①椅子に座って簡単にできるラクラク体操、②フラワーアレンジメント体験&交流会
【講師】①健康運動指導士・大背戸まりこ氏、②フラワーアレンジメント講師・笠置昌宏氏
電話(819-0586)で。先着10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
10月1日～22日の(水)、10:00～12:00 区総合福祉センター
電話(819-0616)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
10月16日(木)13:30～15:00

区総合福祉センター
電話(819-0616)で、10月15日(木)までに。先着2人
◆市民公開講座
認知症になっても心は豊かに、今を大切に生きるヒントを解説します。
11月8日(土)14:00～16:00
北部医療センター 安佐市民病院
父(認知症専門医・長谷川和夫)との対話 一気持ちを伝え合うケア・暮らしの中で学んだこと
【講師】精神保健福祉士・南高まり氏
申し込みフォームか安佐医師会にファクス(873-1846)か、地域支援あい課、地域包括支援センターの窓口で。先着180人
安佐医師会(☎873-1840)、地域支援あい課(☎819-0587)
◆家族介護教室
10月20日(月)13:30～15:00
シニアホーム 花みずき
口腔ケアでイキイキ健康生活 全身の健康は健口から
【講師】医療法人社団博燐会 ミモザ歯科歯科衛生士・木元はづき
電話で特別養護老人ホーム山まゆ(☎818-6011)へ ※感染症のまん延などにより開催を延期か中止する場合あり

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。区には、スマイルあさきた、すずらんひろば高陽、OPEN SPACEひすい可部の3カ所があります。詳しくは右二次元コードで。

はじめての離乳食教室

4～6カ月児の保護者
10月15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
電話か母子モで。先着12人

開催日	会場	時間
10/8(水)	真亀公民館 日浦公民館	9:30～11:00
10/10(金)	亀山公民館 三入公民館	
10/17(金)	安佐公民館	10:00～11:00
10/21(火)*	区総合福祉センター	9:30～11:00
10/24(金)	口田公民館	
10/27(月)	高陽公民館	

*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

催し

大和興産安佐北区スポーツセンター

☎843-4999 ☎843-4998 (休水)

◆安佐北ソフトバレー交流会

18歳以上

10月9日～30日の(木)の10:00～12:00 ¥500円/回
当日開催15分前から窓口で。先着各40人 ※チームでも個人でも参加可
◆おとなのダンスエクササイズ-Party&Groove-
18歳以上
10月7日～28日の(火)の10:00～11:00
ディスコダンスとフィットネスを融合した新しいダンス系エクササイズ ¥500円/回
当日開催15分前から窓口で。先着各30人
◆リフレッシュヨガ(金曜アフタヌーン)
18歳以上
10月10日～31日の(金)、13:30～15:00
ヨガで心身ともにリフレッシュ ¥500円/回
当日開催15分前から窓口で。先着各30人
◆お手軽アクアビクス
18歳以上
10月10日～31日の(金)の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
当日開催15分前から窓口で。先着各18人

安佐北区民文化センター

☎814-0370 ☎814-0770 (休月)(13日は除く)

◆ASAOKITAサロンコンサート

10月5日(日)14:00開演

篠笛とクラシックギターのデュオ

【出演】アミテ

◆歌え!あさきた歌自慢 秋の部

10月12日(日)10:30開演

カラオケの祭典

◆あさきた健康講座 参加者募集

11月13日(木)10:00～11:30

ヨガ・ストレッチ入門編

【講師】県スポーツトレーナー・山田澄子氏 ¥500円

各文化センターか公民館に設置の募集チラシで同センターへ。先着20人

◆やまびこ発表会作品展示の部 出品者募集

市内在住の15歳以上

来年2月18日(水)～3月1日(日)9:00～18:30 ※最終日は17:00まで

所定の申込書で、10月1日(水)～11月16日(日)までに同センターへ。申込書は同センターか公民館で。先着100点(1人2作品まで)

安佐北区図書館

☎814-0340 ☎814-0604 (休月)(13日は除く)、1日、14日

◆おはなし会

日時	対象	読む人
10/16(木) 10:30 11:00	乳幼児と保護者	ちいさこべ
10/18(土) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなし あるある
10/26(日) 14:00	幼児・小学生と保護者	おはなし ポケット

絵本の読み聞かせ、手遊びなど
当日会場で

◆図書の展示「図書館へ行こう!」
10月31日(金)まで
図書館に関する図書を集めて展示

お知らせ

◆あさきた寄席

11月8日(土)13:30～16:00

区民文化センター大広間

【出演】奇々亭萬足、風呂哲州、鯨韻亭馬笑九、葡萄亭わいん、黄金家鉄兵、プチ亭とまと

¥500円

10月7日(火)から同センターで。当日券は13:00から

区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)

◆介護講演会

区内に在住の介護に興味のある人

12月6日(土)13:00～15:30

メイン会場:区総合福祉センター、サテライト会場:安佐公民館、白木公民館(オンライン参加可)

介護体験談、介護者の会などの紹介

電話かファクスで、11月17日(月)までに、区社会福祉協議会へ岡同協議会(☎814-0811、☎814-1895)

保健所臨時受付窓口

当面は区役所内に臨時の受付窓口を開設します。

10月7日、21日、11月12日、18日、12月2日、16日の10:00～14:00 水質検査の受け付けは10:00～12:00。詳しくは市HPで

食品保健課(☎241-7434、☎241-2567)

行政困りごと相談

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
10/8(水)	白木公民館	13:30～16:00
10/10(金)	真亀公民館	13:00～16:00
10/15(水)	区役所※	13:00～16:00

※区役所での相談のみ、当日に要電話予約(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)

安佐北区青少年健全育成意見発表大会を開催します

区内の青少年が日頃感じていることや自らの思いを発表します。「現代を生きる青少年の思い」に触れてみませんか。岡地域起こし推進課(☎819-3905、☎815-3906)

地区	日時	会場
白木	9:30	白木公民館
可部	11/8(土) 13:30	区総合福祉センター
高陽	11/16(日) 9:30	高陽公民館
安佐	11/22(土) 14:00	安佐公民館