

くらしのガイド

安佐北区版

区役所への問い合わせ、申し込みは3日(月)からお願いします。

健康

地域支えあい課

☎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。

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。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	時間	会場
8/7(金)		三田集会所
8/21(金)	13:30～14:30	区総合福祉センター
8/27(木)		筒瀬福祉センター
9/3(木)		区総合福祉センター

- ※②各400円
- ※①受診券、資格確認書が資格情報のお知らせ、マイナ保険証、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	時間	会場
10/2(金)	9:30～11:00	フレスタ可部店
10/16(金)		倉掛公民館
10/19(月)		区総合福祉センター

- ※③1,000円、④1,500円
- ※チケット型の受診券
- ◆ミニ人間ドック
- ①～④の検診を同時に受診できます。

開催日	時間	会場
10/1(木)	9:00～11:30	三入公民館
10/22(木)		真亀公民館
10/29(木)		旧久地小学校

- ※③子宮頸がん検診、④乳がん検診、ミニ人間ドックは要予約
- ※市HPか電話、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。

- ※8月27日(木)9:30～11:30
- ※区総合福祉センター
- ※電話(819-0586)で。先着3人
- ◆骨粗しょう症検診
- ※受診時に20歳以上で5歳刻みの年齢の女性、受診時に40歳以上で5歳刻みの年齢の男性
- 開催日
- 時間
- 会場
- 8/21(金)
- 18:00～19:30
- イオンモール広島祇園
- 9/3(木)
- 9:00～11:30
- 亀山公民館

- ※1,000円
- ※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
- ※8月20日(木)13:30～15:00
- ※区総合福祉センター
- ※電話(819-0616)で8月19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
- ※8月5日、12日、9月2日の(水)10:00～12:00
- ※区総合福祉センター
- ※電話(819-0616)で

子育て

地域支えあい課

☎819-0616、819-0586

☎819-0602

- ◆9カ月からの離乳食教室
- ※9～12カ月児の保護者
- ※8月21日(金)10:00～11:30
- ※区総合福祉センター
- ※後期・完了期の離乳食の進め方に関する話と展示
- ※電話(819-0586)か母子モで。先着12人
- ◆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。

催し

安佐北区図書館

☎814-0340 ☎814-0604

(休月、12(水))

- ◆おはなし会
- 日時
- 対象
- 読む人
- 8/15(土)
- 14:00
- 幼児・小学生と保護者
- 図書館職員
- 8/20(木)
- 10:30
11:00
- 乳幼児と保護者
- ちいさこべ
- 8/23(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
- ◆おもしろその年まんが大賞入賞作品巡回展
- ※8月8日(土)～16日(日)
- ◆図書の展示「平和への願い」
- ※8月30日(日)まで

※平和に関する図書を集めて展示

安佐北区民文化センター

☎814-0370 ☎814-0770

(休月)

◆怪奇祿

2026 怪奇祿

- ※8月16日(日)13:00開演(12:00開場)
- ※怪談にスポットを当て、各神楽団がそれぞれに劇化、演出に工夫を凝らし、新しい神楽の可能性を探る作品 ※小さなこどもをお連れの場合は、怪談であることを考慮の上、ご判断ください
- 【出演】①あさひが丘神楽団、②飯室神楽団、③鈴張神楽団、④宮乃木神楽団
- 【演目】①牡丹灯籠、②青頭巾、③蛇性の淫、④累ヶ淵
- ※大人1,800(当日2,000)円、こども(3歳～中学生)500(当日800)円 ※3歳未満は膝上無料、席を必要とする場合は有料
- ※前売り券はセブンイレブンで8月15日(土)21:00まで販売。10:00から同センターで当日券(前日までの残り)を販売
- ◆防災パネル展
- ※8月20日(木)～9月3日(木)の9:00～18:30
- ※新たな防災気象情報の紹介や近隣のハザードマップを展示
- ◆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。
- ※9月13日(日)13:00～20:00、15日(火)、16日(水)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
- ※電話か直接で。先着順

大和興産安佐北区スポーツセンター

☎843-4999 ☎843-4998

(休水)

◆リフレッシュヨガ(火曜アフタヌーン)

- ※18歳以上
- ※8月4日、18日、25日の(火)13:30～15:00
- ※ヨガで心身ともにリフレッシュ
- ※600円/回
- ※当日開催15分前から。直接。先着各30人
- ◆安佐北ソフトバレー交流会
- ※18歳以上
- ※8月6日、20日、27日の(木)10:30～12:00
- ※交流試合 ※チームでも個人

- でも参加可
- ※500円/回
- ※当日開催15分前から。直接。先着各40人
- ◆レベルアップ!バスケットボール



- ※小学生
- ※8月4日、18日、25日の(火)19:00～21:00
- ※シュートやドリブルなど基本から実践まで、JBA公認コーチによる指導
- ※600円/回
- ※開催日1週間前(8月4日分は1日(土)から)の(火)9:00から直接、10:00から電話で同センターへ。先着各40人
- ◆メリハリボディになろう



- ※18歳以上
- ※8月3日～31日の(月)13:30～14:30
- ※トレーニングのヒントとシェイプアップ法の指導
- ※600円/回
- ※当日開催15分前から。直接。先着各30人
- ◆燃やせ!体脂肪-はじめてのエアロビクス
- ※18歳以上
- ※8月7日、28日の(金)13:30～14:30
- ※リズムに合わせて体を動かし体脂肪を燃焼
- ※600円/回
- ※当日開催15分前から。直接。先着各30人

お知らせ

- ◆就職なんでも相談所
- 一人一人に合わせた就職をサポートします。
- ※区内に在住の15歳～49歳の人(保護者も可)
- ※①平日9:30～17:00、②8月19日(水)13:00～16:00
- ※①ひろしま北部若者サポートステーション、②ハローワーク可部
- ※①就職なんでも相談、②出張相談会
- ※同ステーションHPか電話で
- ※同ステーション(☎516-6557、☎516-6553)
- ◆安佐北区ボランティアプラチフェスタ



- ※8月24日(月)13:00～15:30
- ※区総合福祉センター
- ※福祉体験やステージコーナー、バザー
- ※区社会福祉協議会(☎814-0811、☎814-1895)

- ◆はじめての太極拳-ゆっくり動いて健康づくり-
- ※未経験者
- ※9月から毎月第1・3(金)10:00～12:00(2回/月)
- ※安佐北コミュニティセンター
- ※太極拳のゆっくりした無理のない動きで筋力やバランス能力を高め、転倒防止や姿勢改善を図る
- 【講師】吉原満哉氏
- ※8月1日(土)～31日(月)に直接か電話(516-8108)で同センターへ。先着100人
- ◆あさきた人形劇場



- ※9月6日(日)10:30～11:30
- ※区民文化センター
- 【出演】人形劇サークル桐の花、人形劇サークルえぶろん
- 【演目】人形劇「3びきのこぶたとちいさなおうち」、「じごくのそうべえ」、ワークショップ「飛び出せ、なかまたち」(希望者のみ。材料費100円必要)
- ※申し込みフォームか所定のチラシで。先着65人。チラシは同センターなどで
- ※アステールプラザ安佐北区民文化センター活用担当(☎244-8000、☎246-5808)

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。

※8月11日(祝)10:00～12:00

※ケアラズカフェ&キッチン はぴねす(落合南四丁目21-23)

※地域支えあい課(☎819-0587、☎819-0602)

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

時間

会場

8/13(木)

13:30～16:00

白木公民館

8/14(金)

13:00～16:00

真亀公民館

8/20(木)

14:00～16:00

安佐公民館

9/3(木)

※総務省中国四国管区行政評価局(☎228-6173、☎228-4955)

平成26年8月広島豪雨災害犠牲者追悼献花台の設置

平成26年8月20日に発生した広島豪雨災害で犠牲になられた方々に、哀悼の意を表するとともに復興への思いを新たにすため、献花台を設けます。併せて、パネル展示も行います。

※8月20日(木)8:30～17:15

※区役所1階ロビー

※区政調整課(☎819-3903、☎815-3906)