

## 禁煙週間啓発イベント

5月31日～6月6日は禁煙週間です。タバコによる健康への影響について展示を行います。禁煙のシンボルカラー「イエローグリーン」のライトアップも行います。

日 5月31日(土)～6月6日(金)

場 市役所本館1階ロビー(展示)

市立美術館、芸術文化ホールくらら(ライトアップ)



## フレイル予防の健康体操《よく動く体作り》

講師/福元 テツローさん(プロトライアスリート)

日 5月28日(水) 9:30～11:30(9:00から受付)

場 豊栄市民体育館(清武地域センター横)

対 軽い運動ができる人 定 70人

持 体育館シューズ 締 5月20日(火) 申 電話

問 乃美地域センター ☎(082)432-2024

## 5月14～20日はギャンブル等依存症問題啓発週間

ギャンブル等依存症や関連して生じるさまざまな問題について理解することや、相談先を知っておくことは、対応や予防に有効です。

問 医療保健課 ☎(082)420-0936



## 健康教室・健康相談

★印のものは、元気輝きポイント対象

名称	内容など	対象	日時・場所	申込など	問い合わせ先
ひきこもりの人の家族のつどい「おひさまの会」	悩みを話したり、対応方法のヒントをみつけるグループミーティングの会	ひきこもりの人のご家族	日 5月13日(火) 13:30～15:00 場 広島県東広島庁舎2階保健相談室(西条昭和町13-10)	初参加の人のみ要申込	県西部東保健所保健課 ☎(082)422-6911 (代表)
こころの駅舎★	医療福祉関係者による悩み相談。参加者同士で語り合い	がん患者や家族、支援関係者、つどいの協力者	日 5月22日(木) 14:00～18:00 場 芸術文化ホールくらら209会議室	不要	東広島地区医師会地域連携室あざれあ ☎(082)493-7360

## 健康教室・認知症相談会・カフェ

★印のものは、元気輝きポイント対象

名称	内容など	対象	日時・場所	申込など	問い合わせ先
健康教室 長寿！体づくり教室★	介護予防を目的に室内でできる筋トレ、ストレッチと体組成測定	運動を制限されていない人	日 5月13日(火) 10:00～11:30 場 豊栄生涯学習センター	初参加の人のみ要申込	豊栄支所地域振興課 ☎(082)432-2211
健康教室 みんなの体操教室★	乳幼児とその保護者、地域の方が同室で過ごしながら体操を実施 ※お子さんが楽しく声を上げたり、走り回っている中での教室です。	運動を制限されていない人	日 5月27日(火) 10:30～12:00 場 河内地域センター大ホール	初参加の人のみ要申込 締 5月23日(金)	河内支所地域振興課 ☎(082)437-1109 

## 健康教室・認知症相談会・カフェ

★印のものは、元気輝きポイント対象

名称	内容など	対象	日時・場所	申込など	問い合わせ先
認知症・若 年性認知症 相談会	精神保健福祉士な どによる個別相談 ※相談時間は約50分	もの忘れにつ いて心配のあ る人や家族	日 5月20日(火) 13:30~15:30 場 市役所201相談室	定 2組 締 5月16日(金)	基幹型地域包括支援 センター ☎(082)422-1022
認知症の人 と家族の会 「やすらぎ会」 ★	介護の悩み、心配 ごとについての語 り合い	認知症の人を 介護している 家族	日 5月16日(金) 10:00~14:30 場 市総合福祉センター	不要	市社会福祉協議会 ☎(082)430-8877 FAX(082)423-8525
きくカフェ さくら ★			日 5月25日(日) 13:30~15:30 場 桜が丘保養園 (西条町寺家5976)	不要	桜が丘保養園 ☎(082)423-2595
etto smile cafe えっと すまいる かふえ★			日 5月10日(土) 13:30~15:00 場 宗近病院敷地内サ ロンデュ青空 (西条町御菌宇703)	締 5月9日(金)	広島中央認知症疾患医 療センター(宗近病院) ☎(082)493-8651
ごじょう Cafe★			日 5月17日(土) 14:00~16:00 場 八本松南集会所 (八本松南2丁目18)	料 100円 不要	八本松地域包括支援 センター ☎(082)420-9717
おれんじ 喫茶 志あ和せ ★	日頃の悩みなどを 自由に語り合いま す。 お茶などを飲みな がらゆったりとし た時間を過ごしま せんか。	認知症の人や その家族、支 援者	日 5月30日(金) 14:00~15:30 場 志和堀地域センター	料 200円 不要	住みよい町志和町 ネットワーク ☎(082)433-0016
orenji cafe きく茶屋 ★			日 5月18日(日) 13:30~15:30 場 たかやの郷 (高屋町杵原1826-1)	不要	東広島介護支援専門 員連絡協議会(市社 会福祉協議会内) ☎(082)422-4075
カフェ ほのぼの ★			日 5月13日(火) 13:30~15:00 場 黒瀬コスモス園	料 200円 締 5月9日(金)	黒瀬地域包括支援 センター ☎(0823)82-0203
あす カフェ ★			日 5月15日(木) 13:30~15:30 場 安宿地域センター	締 5月14日(水)	あすか住民自治協議会 (安宿地域センター) ☎(082)432-2521
サンSUN カフェ★			日 5月15日(木) 13:30~15:00 場 河内保健福祉センター	料 200円 締 5月14日(水)	北部地域包括支援 センター ☎(082)435-2240

認知症支援