

熱中症に気を付けましょう

屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。熱中症の危険度を示す「暑さ指数」「熱中症警戒アラート」「熱中症特別警戒アラート」を活用し、エアコンの適切な利用、こまめな水分・塩分補給などを行い、熱中症を防ぎましょう。

熱中症発症リスクの高い高齢者や乳幼児などへの見守り・声掛けをお願いします。

問 医療保健課 ☎ (082) 420-0936



こころホッとあたたかカフェ 「ほっと心愛（ここあ）」+ミニ講座

生活に役立つ依存症の知識～アルコール・ゲーム・DV など～

講師／小河 弘幸 先生（AOI 広島病院 医師）

日 7月17日(木) 14:00～15:30

場 芸術文化ホールくらら 3階サロンホール

定 30人(先着)

申 ウェブ

問 医療保健課 ☎ (082) 420-0936



世界禁煙デー市民公開講座 in 東広島

特別講演「禁煙への道のり～薬剤師の私が選んだ健康への第一歩～」

講師／金好 康隆 先生（東広島薬剤師会 元会長）

コンサート／広島交響楽団

日 7月26日(土) 15:00～17:00

場 広島大学 サタケメモリアルホール

定 600人(先着・全席指定) 申 ウェブ 締 7月18日(金)

問 市民公開講座事務局

☎ (082) 430-4305 (平日9:00～17:00)



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」	グループミーティング 悩みを話し、対応方法の ヒントを見つけます。	ひきこもりの人の 家族	日 7月8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 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 参加者同士での語り合い	がん患者や家族、 支援関係者、つど いの協力者	日 7月24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
街かど ほけんしつ ★	ちょこっと健康相談・プ チ測定会	市民	日 7月10日(木) 10:30～14:30 場 ゆめタウン学園店	不要	医療保健課 ☎ (082) 420-0936

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
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 レッチや体組成測定		日 7月22日(火) 10:00～11:30 場 豊栄生涯学習センター	初参加の人の 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、 地域の人が同室で過 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 7月29日(火) 10:30～12:00 場 河内西子育て支援 センターすくすく	定 子育て親子 5組 地域の人10人 受 7月15日(火) ～25日(金)	河内支所地域振興課 ☎ (082) 437-1109 

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	ものの忘れについて心配のある人や家族	日 7月15日(火) 13:30~15:30 場 市役所201相談室	定 2組 締 7月11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 7月18日(金)、 8月1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 7月27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 7月12日(土) 13:30~15:00 場 宗近病院敷地内サ ロンデュ青空 (西条町御園宇703)	締 7月11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 7月19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 申 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 7月25日(金) 14:00~15:30 場 西志和地域センター	料 200円 申 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 7月20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 7月10日(木) 13:30~15:00 場 黒瀬保健福祉センター	料 200円 締 7月7日(月)	黒瀬地域包括支援 センター ☎ (0823) 82-0203
あすカフェ ★			日 7月17日(木) 13:30~15:30 場 安宿地域センター	締 7月16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 7月18日(金) 13:30~15:00 場 グループホーム ふぁみりい豊栄	料 200円 締 7月17日(木)	北部地域包括支援 センター ☎ (082) 435-2240
オレンジ カフェ・ スマイル★			日 7月24日(木) 13:30~15:30 場 風早東集会所	料 100円 締 7月22日(火)	安芸津地域包括支援 センター ☎ (0846) 46-1305