

催し

竹内薫さんの講演会や学生企画など！
広島大学ホームカミングデー



日時 11月4日(土) 9:30から
場所 広島大学東広島キャンパス
問合せ 広島大学校友会事務局
☎(082)424-6015
✉ soumu-koyu@office.hiroshima-u.ac.jp



模擬投票
欲しい特殊能力 in 広島大学大学祭



日時 11月4日(土) 10:00~15:00
場所 広島大学
問合せ 選挙管理委員会事務局
☎(082)420-0968



出張おしゃべりカフェ
みんなで楽しく子育てしませんか



日時 11月8日(水) 10:30~11:30
場所 安芸津児童館
対象 育休中または就労を考えている人
定員 親子15組 ※無料託児あり
申込 申込フォーム
問合せ 人権男女共同参画課 ☎(082)420-0927

火とグルメの祭典
あきつフェスティバル



日時 11月11日(土) 9:00~19:00
11月12日(日) 9:00~16:30
場所 安芸津市民グラウンド
問合せ あきつフェスティバル実行委員会 ☎(0846)45-1623



外国人が日本での体験等を披露！
東広島市外国人日本語スピーチコンテスト



日時 11月12日(日) 13:30~16:00(開場13:00)
場所 市民文化センター
定員 200人
問合せ 市教育文化振興事業団
☎(082)424-3811
✉ tabunka@hhface.org



障害者支援事業所の皆さんが野菜など販売！
ノウフクマルシェ

日時 ゆめマート西条/11月16日(木)初開催
ゆめタウン東広島4階/11月28日(火)
いずれも11:00~14:00

問合せ 障害福祉課 ☎(082)420-0180 FAX(082)420-0181

上位5名の中から最優秀賞を発表！
ぶちうまいお米コンテスト in 東広島



日時 11月21日(火)
14:00~16:00
場所 道の駅 湖畔の里福富
問合せ ブランド推進課
☎(082)422-1032



コンテスト受賞米&市特産品を使った丼！
どこ丼？ひがしひろしま丼ぶりフェス



日時 11月23日(木・祝)
10:00~16:00
場所 道の駅 西条のん太の酒蔵
問合せ ブランド推進課
☎(082)422-1032



あいサポートフォーラム
ひがしひろしま



日時 12月2日(土)
場所 東広島芸術文化ホールくらら
●音を光に！デフアスリートの輝く未来へ〜デフリンピックを知ろう〜(聴覚障害者支援分科会)/10:30~16:00 ※手話通訳、要約筆記あり
●あるがままのアート展&トークショー(権利擁護部会)/13:00~16:00
●ヘルパーが伝える介護の体験コーナー(ヘルパー支援部会)/ (随時)13:00~16:00
●ペアレントメンターとのおはなし会/(随時)13:00~16:00
問合せ 障害福祉課 ☎(082)420-0180 FAX(082)420-0181

楽しい絵本が面展台に400冊！
小谷なかよし文庫の絵本の広場



日時 12月12日(火) 10:00~11:30
場所 小谷地域センター
問合せ 小谷地域センター ☎FAX(082)434-3758

学ぶ

「安芸津の今昔」をテーマに展示！
安芸津歴史民俗資料館ミニ企画展

日時 解説会:12月9日(土)
①11:00~11:30②14:00~14:30
展示期間:11月20日(月)~12月22日(金)
※解説会を除く土日祝日は休館日です。
場所 安芸津歴史民俗資料館(受付は安芸津生涯学習センター)
問合せ 文化課 ☎(082)420-0977

応急手当講習 普通救命講習Ⅰ(3時間)
普通救命講習Ⅱ(4時間)



日時 11月11日(土) 9:00から
※ウェブ講習修了者は10:00から
場所 消防局2階 講堂 定員 30人程度(先着)
申込 申込フォームまたは消防署・分署へ電話、ファックス、メール、郵送
問合せ 東広島消防署救急係 ☎(082)422-6771
FAX(082)422-8119
✉ hgh226567@city.higashihiroshima.lg.jp

親子わくわく講座
秋の自然物で作ろう&遊ぼう！



日時 11月16日(木) 11:00~12:00
場所 児童青少年センター
対象 未就学児(1歳6か月以上)と保護者
定員 10組(先着)
申込 電話または窓口11:00~17:00
受付 11月9日(木)から
問合せ 児童青少年センター ☎(082)493-7625

韓国の日常を楽しく話そう！
魅力いっぱい韓国



日時 11月16日(木) 10:00~12:00
場所 川上地域センター
定員 10人(先着) 料金 500円
申込 メール、電話または窓口(①講座名②名前(ふりがな)③電話番号)
受付 11月1日(水) 9:00から
問合せ 川上地域センター ☎(082)428-0044
✉ kawakami-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp

無料託児(10人程度・先着)あり！
ワークライフバランス講座



①がんばり屋さんのあなたへ〜心が軽くなるレシピ〜
講師/日本航空(株)の現役客室乗務員
日時 11月17日(金) 10:00~11:30
場所 市民文化センター
対象 育休中または就労を考えている人など
定員 20人(先着)
②ヨガ体験でワークライフバランスを学ぶ
講師/大滝 直司さん(株式会社サタケ)
日時 11月23日(木・祝) 10:30~11:30
場所 東広島芸術文化ホールくらら
対象 子育て世代の夫婦、カップルなど
定員 15人(先着)
申込 ①②ともに申込フォーム
問合せ 人権男女共同参画課 ☎(082)420-0927

認知症の人や家族を見守り手助けする「応援者」に！
認知症サポーター養成講座



日時 11月17日(金) 13:30~15:00
場所 東広島イノベーションラボ ミライノ+
定員 20人 申込 電話または窓口 締切 11月10日(金)
※元気輝きポイント対象
問合せ 基幹型地域包括支援センター ☎(082)422-1022

子育て支援ボランティア養成講座
~妊婦や子育て家庭の見守りや手助けをする応援者~



種類	子育てサポーター	多胎産婦サポーター
活動内容	「地域すくすくサポート」での親子の見守りや保護者同士の交流支援	多胎育児家庭の日常の育児や外出のサポート
対象	子育て支援に関心のある人や多胎育児経験のある人(資格は問いません)	
第1回	11月17日(金) 13:30~15:30	
第2回	11月27日(月) 13:30~15:30	
第3回	12月15日(金) 10:00~11:30	
申込・締切	申込書(こども家庭課または各支所で配布。市ホームページからダウンロード可)を郵送またはファックス、持参 締切11月10日(金)	

※「地域すくすくサポート」とは、市内12か所にある妊娠・出産・子育て期の相談支援拠点
問合せ こども家庭課 ☎(082)420-0407

権利擁護市民セミナー
～成年後見制度について～



※元気輝きポイント対象
日時 11月20日(月) 13:30～15:30
場所 消防局2階 講堂
定員 50人程度(先着)
申込 申込フォームまたは電話
受付 11月1日(水)～15日(水)
問合せ 基幹型地域包括支援センター
 ☎(082)422-1022

応急手当の知識・技術を身につける
こどもの応急手当講習会(入門コース)



日時 11月22日(水) 9:30～11:00
場所 消防局防災センター **定員** 30人
申込 電話または電子申請
受付 11月1日(水)～15日(水)
問合せ ファミリー・サポート・センター
 ☎(082)493-6072

いきいき子育て講座 こどもの病気について
小児科医による講座



会場	すくすくサポート八本松中央 (八本松太陽子ども園 ひなたぼっこ内)	すくすくサポート黒瀬 (黒瀬保健福祉センター内)
日時	11月21日(火) 13:30～15:00	12月7日(木) 13:30～15:00
内容	ゆとりある子育てをめざして ～小児科医からのメッセージ～ 「子どもがかかりやすい病気に対する対応&ホームケア」	
講師	高橋 ひろ子さん (高橋ホームクリニック 医師)	波多野 修一さん (はたの小児科 医師)
対象・定員	未就園児とその保護者 6組(先着)	
受付期間	11月1日(水)～14日(火)	11月9日(木)～12月7日(木)
問合せ	すくすくサポート八本松中央 ☎080-8246-8119 ※月～金曜日 9:30～12:00 13:00～15:00 担当/中山	すくすくサポート黒瀬 ☎080-8984-9601 080-8984-9602 ※月～金曜日 10:00～15:00 担当/鈴木・伊藤

問合せ こども家庭課 ☎(082)420-0407

システム農学会シンポジウム
～現場目線からのスマート農業実践の可能性～



日時 11月10日(金) 14:00～17:30
場所 広島大学 学生会館
対象 関心のある農業者 **定員** 150人(先着)
申込 交流会(有料)のみ事務局へ事前申し込みが必要
問合せ システム農学会2023 大会実行委員長
 広島大学大学院 総合生命科学研究科(担当/長命)
 ☎(082)424-7960
 ✉chomei@hiroshima-u.ac.jp

介護のお仕事体験イベント!
ナゾときカイゴ探偵団 in 東広島



日時 11月23日(木・祝) 14:00～16:00
場所 東広島芸術文化ホールくらら サロンホール
対象 小学4～6年生と保護者 **定員** 15組30人(先着)
申込 申込フォーム **締切** 11月16日(木) 17:00
問合せ 介護保険課 ☎(082)420-0937

月と外惑星を観望!
東広島天文台「かなた望遠鏡・特別観望会」

日時 A/11月24日(金) 18:00～19:30
 B/11月25日(土) 18:00～19:30
場所 東広島天文台 ※1グループ1台駐車可
 ※小学生のみのグループ、就学前の子どもの参加は不可。雨天中止。 **定員** 各80人(抽選)
申込 往復ハガキ(往信裏面/1グループ5人以内①代表者の住所・名前・電話番号②代表者以外の名前③希望順に日時)、返信表面/代表者の郵便番号・住所・名前 **締切** 11月12日(日)必着
問合せ 広島大学宇宙科学センター観望会係
 (〒739-8526鏡山1-3-1) ☎(082)424-3468

安芸津で獲れた新鮮な“みかん”を使用!
旬の食材を使ったスイーツづくり



日時 11月24日(金) 9:30～12:30
場所 安芸津生涯学習センター
対象 成人 **定員** 16人程度(抽選) **料金** 600円
申込 ハガキまたはファックス、窓口(①講座名②郵便番号・住所③名前(ふりがな)④電話番号)
締切 11月15日(水)必着
問合せ 安芸津生涯学習センター (15ページ参照)

「マツ」の剪定基礎講座

日時 11月24日(金) 9:30～11:30
対象 成人 **定員** 10人(先着)
申込 電話または窓口 **受付** 11月1日(水)から
問合せ 西志和地域センター ☎(082)433-6022

ボランティアガイドが案内!
西国街道を歩く(三永の石門～四日市本陣跡)



日時 11月25日(土) 9:30～12:30
定員 30人(先着)
料金 大人300円、中学生以下100円
申込 11月1日(水)～18日(土)に、ファックスまたは電話(名前、年代、住所、電話番号)
問合せ 東広島ボランティアガイドの会
 ☎(082)421-2511 **FAX**(082)430-8333

グリーンスポーツセンター
親子自然観察会



日時 11月25日(土) 10:00～12:00
場所 東広島市グリーンスポーツセンター
対象 子どもとその保護者 **定員** 8組(抽選)
申込 メールまたはファックス、窓口(①講座名②郵便番号・住所③子ども・保護者の名前(ふりがな)④子どもの年齢⑤電話番号)
締切 11月15日(水)
問合せ 三永地域センター ☎**FAX**(082)426-0741

講師は広島大学や市の専門家!
ひがしひろしまエネ・エコセミナー



太陽の光でクリーン発電-太陽電池-/11月25日(土)
 地上の太陽は実現できるか-核融合-/12月16日(土)
 いずれも14:00～16:00
場所 広島大学ミライクリエ **対象** 小学校高学年以上
定員 30人(抽選) **申込** 申込フォーム
問合せ 広島大学エネルギー超高度利用研究拠点
 ✉hu-ace-info@ml.hiroshima-u.ac.jp

安芸津生涯学習センターの申込先

〒739-2402 安芸津町三津4398
 ☎(0846)45-2334 **FAX**(0846)45-2021
 ✉hgh452334@city.higashihiroshima.lg.jp

福本・三永の紅葉を散策!
板城探検隊秋の部

日時 11月25日(土) 10:00～12:00
場所 板城地域センター **定員** 40人程度(先着)
申込 電話またはファックス(①講座名②名前(ふりがな)③電話番号) **受付** 11月1日(水)から
問合せ 板城地域センター ☎**FAX**(082)425-2688

パソコンを使って年賀状を作ろう

日時 11月29日(水) 13:00～15:00
対象 成人 **定員** 8人(先着) **料金** 200円
申込 電話または窓口 **受付** 11月1日(水)から
問合せ 西志和地域センター ☎(082)433-6022

生花を使ってリース作り!
フラワーリース講座



日時 ①11月30日(木)クリスマスリース教室
 ②12月7日(木)しめ縄教室
 いずれも10:00～12:00 ※1日だけの参加も可
場所 安芸津生涯学習センター
定員 各10人(抽選) **料金** 各2,500円
申込 ハガキまたはファックス、メール、窓口
 (①講座名「フラワーリース講座」と参加希望日②郵便番号・住所③名前(ふりがな)④電話番号)
締切 11月17日(金)必着
問合せ 安芸津生涯学習センター
 (左下参照)

市内の文化財などを見学するバスツアー!
探検!文化財(西条・河内・安芸津町方面)



日時 12月2日(土) 9:00～16:00(予定)
場所 東広島市役所駐車場(集合場所)
定員 50人程度(抽選) **料金** 1,000円(予定)
申込 電子申請または窓口、郵便、ファックス(①講座名②代表者の名前(ふりがな)③住所④電話番号⑤参加人数⑥代表者以外の名前)
締切 11月9日(木)必着
問合せ 文化課
 ☎(082)420-0977 **FAX**(082)422-6531

ファミリー・サポート・センター
提供会員になるための事前研修会



日時 12月2日(土) 9:30~16:30
場所 市民文化センターアザレアホール
対象 子育て支援に関心のある人 **定員** 30人
申込 電話または電子申請
締切 11月1日(水)~27日(月)
問申 ファミリー・サポート・センター
 ☎(082)493-6072

親子で学ぼうエコクッキング講座
~環境に優しい食生活を学ぼう~



日時 12月3日(日) 10:00~13:00
場所 東広島芸術文化ホールくらら 調理実習室
対象 市内在住の小学3~6年生とその保護者
定員 12組24名(抽選)
申込 電子申請または郵送、窓口、電話(①子どもの名前(ふりがな)②保護者の名前③住所④学校名・学年⑤電話番号)
締切 11月10日(金)必着
問申 環境先進都市推進課 ☎(082)420-0928

発達障害を理解し楽しく支援する



日時 12月3日(日) 14:00~16:00
場所 三ツ城地域センター
対象 高校生以上 **定員** 30人(抽選)
申込 電子申請またはメール、窓口、ファックス(①講座名②名前(ふりがな)③郵便番号・住所④電話番号⑤メール) **締切** 11月24日(金)
問申 生涯学習課 ☎(082)420-0979 FAX(082)422-1610
 ☒ hgh200979@city.higashihiroshima.lg.jp

広島に伝わる「宝珠飾り」!
わら細工で学ぶ手仕事~お正月飾り~



日時 12月5日(火) 10:00~12:00
場所 創作村 **定員** 10人(抽選) **料金** 1,500円
申込 ハガキまたはファックス、窓口(①講座名②郵便番号・住所③名前(ふりがな)④電話番号)
締切 11月20日(月)必着
問申 豊栄生涯学習センター
 (〒739-2317 豊栄町鍛冶屋271)
 ☎(082)432-4140
 FAX(082)432-2075



日英通訳あり!
ワールドクッキング教室



日時 ベネズエラ/12月7日(木)
 エジプト/12月12日(火)
 ベトナム/令和6年1月24日(水)
 いずれも10:00~14:00
 ※1回のみ申し込み可
場所 ひろしま国際プラザ
定員 20人(先着) **料金** 1,500円/回
申込 申込フォーム
問申 (公財)ひろしま国際センター ☎(082)421-5900

日本画の基礎を学びます!
はじめての日本画(全2回)



日時 12月9日(土)・23日(土) 13:30~15:30
場所 川上地域センター **定員** 6人(抽選) **料金** 3,000円
申込 電話またはファックス、窓口、メール(①講座名②郵便番号・住所③名前(ふりがな)④電話番号)
締切 11月25日(土)
問申 川上地域センター
 ☎FAX(082)428-0044
 ☒ kawakami-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp



オリジナルの食器作り!
ポーセラーツ体験



日時 12月10日(日) 10:00~12:00
場所 安芸津生涯学習センター
対象 5歳以上の子と保護者
定員 15組(抽選) **料金** 800円
申込 ハガキまたはファックス、メール、窓口(①講座名②郵便番号・住所③名前(ふりがな)④電話番号) **締切** 11月27日(月)必着
問申 安芸津生涯学習センター(15ページ参照)



ガーデニング教室
クリスマス・正月編



日時 12月11日(月) 13:30~15:00
場所 川上地域センター **定員** 20人(先着)
料金 3,000円
申込 メールまたは電話、窓口(①講座名②名前(ふりがな)③電話番号) **受付** 11月1日(水)9:00から
問申 川上地域センター ☎(082)428-0044
 ☒ kawakami-k@city.higashihiroshima.hiroshima.jp

遊びの中に数学?絵本の紹介も!
子どもとすうがくの出会い



日時 A/12月11日・18日 B/令和6年3月4日・11日
 いずれも月曜日 10:00~12:00 ※A・Bは同じ内容
場所 市民文化センター **定員** 各20人(託児あり)
申込 ハガキまたはファックス、窓口、メール(①講座名②郵便番号・住所③電話番号④名前(ふりがな)⑤託児の有無) **締切** 11月24日(金)必着
問申 市教育文化振興事業団 ☎(082)424-3811
 FAX(082)423-5251 ☒ center01@hhface.org

遺跡と地域の歴史を探る!
考古学から探る古代の地域史



日時 12月14日、令和6年1月18日、2月22日、
 3月14日 いずれも木曜日 14:00~15:30
場所 市民文化センター **定員** 30人(抽選)
申込 ハガキまたはファックス、窓口、メール(①講座名②郵便番号・住所③電話番号④名前(ふりがな))
締切 11月30日(木)必着
問申 市教育文化振興事業団 ☎(082)424-3811
 FAX(082)423-5251 ☒ center01@hhface.org

伝統的建造物群保存地区(酒蔵通り)
について学ぼう



日時 12月16日(土) 13:30~15:30
場所 市民協働センター **対象** 高校生以上
定員 30人(抽選)
申込 電子申請またはメール、窓口、ファックス(①講座名②名前(ふりがな)③郵便番号・住所④電話番号⑤メールアドレス) **締切** 12月6日(水)
問申 生涯学習課 ☎(082)420-0979 FAX(082)422-1610
 ☒ hgh200979@city.higashihiroshima.lg.jp

プログラミングを楽しく学ぶ!
ぶつからない車を作ってみよう!



日時 12月17日(日) 14:00~16:00
場所 三ツ城地域センター
対象 小学5年生~中学生 **定員** 10人(抽選)
申込 電子申請またはメール、窓口、ファックス(①講座名②名前(ふりがな)③学年④保護者名(ふりがな)⑤郵便番号・住所⑥電話番号⑦メールアドレス) **締切** 12月7日(木)
問申 生涯学習課 ☎(082)420-0979 FAX(082)422-1610
 ☒ hgh200979@city.higashihiroshima.lg.jp

働く

専門家がキャリア形成から就職までサポート
「はたすて」出張就職相談会

日時 11月2日(木)・16日(木) 11:00~15:00
場所 東広島イノベーションラボ ミライノ+
申込 電話(空きがあれば当日受付も可能)
問申 働きたい人全力応援ステーションひろしま
 ☎(082)502-7977

就職ガイダンス in ひがしひろしま
(合同企業面接会)

参加企業は市ホームページに掲載予定!
日時 11月22日(水) 13:30~16:00
場所 東広島商工会議所会館
対象 障害のある人で就職を希望する人
 ※事前にハローワークへ求職登録が必要
問申 ハローワーク広島西条 ☎(082)422-8609
 市雇用対策協議会事務局 ☎(082)420-0921

東広島地域職業能力開発協会
職業訓練講座



(東広島市在職者支援講座)

講座名	日時
介護福祉士受験対策講座 (在職者)	12月9日(土)・16日(土) 9:00~16:00(2日間)

(11月・12月開講有料講座)

講座名	日時
地域企業のための "SNS プロモーション 活用術"	11月28日(火) 13:30~16:30
フォークリフト 運転技能講習	12月4日(月)~7日(木) 8:30~18:00
管理監督者安全衛生 教育講座 (職長等安全衛生教育講座)	12月5日(火)・6日(水) 9:00~17:00
「第二種電気工事士」 試験特別講習会(技能)	12月16日(土)・17日(日) 8:30~17:30

問申 東広島地域職業訓練センター
 ☎(082)429-0810 FAX(082)429-1806
 ☒ work.c.h@hvtc.com

芸術

三味線、箏、尺八、太鼓、踊りなど!
アザレアホール邦楽まつり



日時 11月19日(日) 開演13:30(開場13:00)
定員 250人(先着) ※未就学児は入場不可
申込 電話 (①名前②電話番号③参加人数)
受付 11月1日(水)から
問合せ 市教育文化振興事業団 ☎(082)424-3811

ピアノ・サクソフーン・ギター・ボーカルをお楽しみください!
クリスマスコンサート サミュニ



日時 12月2日(土) 10:00~12:00
場所 川上地域センター
問合せ 川上地域センター ☎(082)428-0044

宝くじ文化公演
シエナ・ウインドオーケストラwith青島広志



日時 令和6年1月13日(土) 開演14:00
場所 東広島芸術文化ホールくらら
料金 一般: 2,000円(当日2,500円)
学生: 1,000円(当日1,500円)
※宝くじの助成による特別料金
問合せ 東広島芸術文化ホールくらら ☎(082)426-5900

美術館

市立美術館 ☎(082)430-7117
開館時間/9:00~17:00(入館は閉館30分前まで)
休館日/月曜日 11月3日(金・祝)は無料開館日

ホームページや各SNSで
今後の展示会やイベント
情報などを発信中!



古代エジプト美術館展



日時 11月26日(日)まで
料金 【当日】一般1,300(1,040)円、大学生900(720)円
※()内は20人以上の団体料金
【ウィズ子どもデー】一般1,040円、
大学生720円(土曜日に、高校生以下を同伴する一般、大学生2人まで)



【関連イベント①】親子向むけワークショップ「古代エジプト人もびっくり!?装飾品を作って変身しよう! (仮)」
装飾品を作って、古代エジプト人になりきります。

日時 11月3日(金・祝)
10:30~12:00
13:30~15:00



※写真はイメージです。

【関連イベント②】ワークショップ「砂でつくろう! ツタンカーメン」&砂の美術館パネル展示
砂の彫刻によるツタンカーメンのマスク作り

日時 11月18日(土)
10:00~11:00
13:00~14:00



※写真はイメージです。

定員 各回20人(先着)
※雨天中止、展示のみ
対象 小学4年生以上(小学生は保護者同伴)

開館3周年 プレゼント企画
オリジナルグッズ福袋プレゼント



※写真はイメージです。

抽選でオリジナルグッズをプレゼント!
対象 11月3日(金・祝)の来館者

図書館

中央図書館 ☎(082)422-9449	福富図書館 ☎(082)435-3520
黒瀬図書館 ☎(0823)82-1101	サンスクエア 児童青少年図書館 ☎(082)424-3899
河内こども図書館 ☎(082)437-1711	安芸津図書館 ☎(0846)45-2335
豊栄図書館 ☎(082)432-3611	

休館日/毎週月曜日、10日(金)、23日(木)は中央のみ開館。

広報紙に掲載しているもの以外にもたくさんの
イベントや企画展示を開催しています。
開催日程はこちらから。
子ども向けのイベント満載です。



「読書会」+私の本棚
読書本『少年と犬』馳星周/著

福

日時 11月15日(水) 13:30から
場所 久芳地域センター **定員** 5人(先着)

利用者から提供された本を持ち帰れます
本のリサイクル市

黒

日時 11月18日(土)・19日(日) 10:00~17:00
場所 黒瀬生涯学習センター

移動図書館車巡回日程

巡回場所	11月	時間
西条		
郷田地域センター	9日(木)	16:00~16:30
板城地域センター	16日(木)	16:00~16:30
旧JA三永支店	1日(水)	16:00~16:30
平岩地域センター	9日(木)	16:00~16:30
医療センターあゆみ園	29日(水)	11:00~11:30
桜が丘こども園	14日(火)	10:30~11:00
道の駅のん太の酒蔵	8日(水)	16:00~16:30
六方学園	24日(金)	16:00~16:30
郷田保育所	24日(金)	10:30~11:00
川上地域センター	16日(木)	16:00~16:30
八本松		
吉川小学校	7日(火)	10:30~11:00
JA八本松南支店	7日(火)	16:00~16:30
ショージ志和店	1日(水)	16:00~16:30
東志和地域センター	2日(木)	16:00~16:30
志和堀地域センター	2日(木)	15:00~15:30
ケアハウスみずほ		巡回なし
高屋		
高屋西地域センター	21日(火)	16:00~16:30
高美が丘地域センター	29日(水)	15:00~16:00
高屋東地域センター	15日(水)	16:00~16:30
ファッション館カレンズ	17日(金)	16:00~16:30
造賀地域センター	28日(火)	16:00~16:30
黒瀬		
旧JA下黒瀬支店奥	8日(水)	16:00~16:30
ひまわり台第一公園	22日(水)	16:00~16:30
ショージ黒瀬店	30日(木)	16:00~16:30
上黒瀬保育所	1日(水)	11:00~11:30
福富		
竹仁地域センター	14日(火)	14:30~15:00
認定こども園くぼ	21日(火)	11:00~11:30
豊栄		
能良地域センター	28日(火)	14:30~15:00
清武地域センター	7日(火)	14:30~15:00
河内		
入野地域センター	24日(金)	14:30~15:00
河内西保育所	7日(火)	10:30~11:00
安芸津		
安芸津海洋センター	14日(火)	16:00~16:30
志和アグリ図書館出張日程	14・28日(火)	10:00~13:00

好きな本を持ち寄り、語り合い
持ち寄りブックカフェ

安

日時 11月19日(日) 14:00~16:00
場所 安芸津生涯学習センター **定員** 5人(先着)
申込 窓口または電話 **受付** 11月4日(土)10:00から

おはなし会の絵本の選び方や進め方などを学ぶ!
こどもと本をつなぐ会

中

日時 11月26日(日) 13:00~15:00
場所 中央図書館1階 **定員** 30人(先着)
申込 窓口または電話 **受付** 11月1日(水)10:00から

ぬいぐるみは図書館にお泊り!
ぬいぐるみのおとまりかい

中

日時 おはなしかい/12月2日(土)14:30~15:00
ぬいぐるみのお迎え/12月3日(日)13:00から
場所 中央図書館 **対象** 3歳~未就学児
定員 5組(先着)
申込 窓口または電話 **受付** 11月21日(火)10:00から

健康ひろば

広島市民大学フレイル予防コース

テーマ/講座名	開催日
口腔/~歯と口のケアで多くの病気の リスクを下げられる~ 解剖学的にフレイルを予防する	12月9日(土) 13:00~14:30
運動/~無理なく効果的にできる運動 方法を紹介~ 運動でフレイル予防	12月23日(土) 13:00~14:30

場 広島国際大学東広島キャンパス **定** 各回30人(先着)
受 11月1日(水)~各開催日の1週間前
申 申込フォーム
問合せ 医療保健課 ☎(082)420-0936



ヘルスグリーン講座 知って納得! 血糖の動き ~年末年始の糖尿病予防対策~

血糖の動きから健康的な食事や年末年始の過ごし方を学びます。講師/渡辺 寿子さん(東広島地域活動栄養士会長・サンクリニック管理栄養士・広島県糖尿病療養指導士)

日 12月4日(月) 14:00~16:00(13:30開場)
場 市役所本館4階403
対 40歳以上の市民 **定** 25人程度(先着)
申 電話またはファックス、メール、
窓口(①講座名②名前(ふりがな)
③住所④電話番号)



受 11月1日(水)~12月1日(金)
問 国保年金課
☎(082)420-0933 FAX(082)422-0334
hgh200933@city.higashihiroshima.lg.jp

いつまでも元気で過ごせるカラダづくり ~フレイル予防講座~

自分の体を知った後、どう整え、どう鍛えるのか。介護予防(フレイル予防)の方法を知り、実践できる講座です。

日 12月6日(水)・13日(水) 13:30~15:00
場 市民文化センター **定** 20人(抽選)
申 ハガキまたはファックス、窓口、メール(①講座名②郵便番号・住所③電話番号④名前(ふりがな))



締 11月22日(水)必着
問合せ 市教育文化振興事業団
☎(082)424-3811 FAX(082)423-5251
center01@hhface.org