

簡単なストレッチとおすすめの図書をご紹介します  
すきまりセトレ

サ

日時 5月26日(日) 14:00~15:00  
場所 市民文化センター  
対象 中学生以上の10代 定員 10人(先着)  
申込 窓口または電話  
受付 5月7日(火) 15:00から

これがリアルなフィンランド生活  
~子育て編~

河

日時 6月23日(日) 10:30~12:30  
場所 河内支所 研修室  
対象 小学校3年生以下を子育て中の保護者  
定員 20人(先着) 申込 窓口または電話  
受付 6月5日(水) 10:00から

移動図書館車巡回日程

|              | 巡回場所        | 5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     | 8日(水)       | 16:00~16:30 |
|              | 平岩地域センター    | 16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     | 7日(火)       | 10:30~11:00 |
|              | 道の駅のん太の酒蔵   | 15日(水)      | 16:00~16:30 |
| 八本松          | 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    | 23日(木)      | 16:00~16:30 |
| 志和           | 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 |
|              | シヨージ志和店     | 8日(水)       | 16:00~16:30 |
| 高屋           | 東志和地域センター   | 9日(木)       | 16:00~16:30 |
|              | 志和堀地域センター   | 9日(木)       | 15:00~15:30 |
|              | ケアハウスみずほ    | 31日(金)      | 14:30~15:00 |
| 黒瀬           | 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   | 22日(水)      | 16:00~16:30 |
| 福富           | 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    | 14日(火)      | 16:00~16:30 |
|              | 旧JA下黒瀬支店奥   | 15日(水)      | 16:00~16:30 |
| 豊栄           | ひまわり台第一公園   | 22日(水)      | 16:00~16:30 |
|              | シヨージ黒瀬店     | 23日(木)      | 16:00~16:30 |
| 河内           | 上黒瀬保育所      | 15日(水)      | 11:00~11:30 |
|              | 竹仁地域センター    | 7日(火)       | 14:30~15:00 |
| 安芸津          | 認定こども園くば    | 21日(火)      | 11:00~11:30 |
|              | 能良地域センター    | 14日(火)      | 14:30~15:00 |
| 安芸津          | 乃美地域センター    | 28日(火)      | 14:30~15:00 |
|              | 入野地域センター    | 24日(金)      | 14:30~15:00 |
| 安芸津          | 河内西保育所      | 28日(火)      | 10:30~11:00 |
|              | 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 |             |

健康ひろば

世界禁煙デー 市民公開講座 in 東広島

第1部 特別講演「心臓血管疾患とタバコについて」  
第2部 ファミリーコンサート 広島ウインドオーケストラ  
日 5月25日(土) 15:00~17:00  
場 芸術文化ホールくらら 大ホール  
定 800人(先着・全席指定席)  
締 5月15日(水) 申込フォーム  
問 市民公開講座事務局  
☎(082)430-4305(平日9:00~17:00)  
✉ skk.higashihiroshima@gmail.com  
URL https://www.event-form.jp/event/29555/skk



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。  
たばこによる健康への影響などについて紹介します。  
期間中、禁煙のシンボルカラー「イエローグリーン」  
にライトアップします。

日 5月31日(金)~6月6日(木)

場 ・ポスター展示  
市役所本館  
2階ロビー  
・ライトアップ  
市立美術館、  
芸術文化ホールくらら

問 医療保健課  
☎(082)420-0936

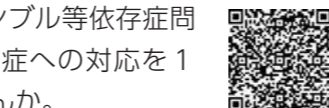


ギャンブル等依存症問題啓発週間

5月14~20日はギャンブル等依存症問題啓発週間です。依存症への対応を1人で抱え込んでいませんか。

依存症は「否認の病気」とも言われており、本人が病気と認識することは困難なこともあります。自身や身近な人が「依存症かもしれない」と思ったら、1人で抱えずにご相談ください。適切な対応について、一緒に考えましょう。

申 医療保健課  
☎(082)420-0936  
FAX(082)422-2416



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                              |
|------|--------------------------|-----------------------|---|------|-------------------------------------|
| 相談 ★ | 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23日(木) 14:00~18:00<br>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<br>☎(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、ストレッチや体組成測定 | 運動を制限されていない人   | 日 5月14日(火) 10:00~11:30<br>場 豊栄生涯学習センター | 初参加の場合は、要申込み<br>☎(082)432-2211                 |
| 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。若年性認知症に関する相談も可 ※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21日(火) 13:30~15:30<br>場 市役所201相談室                  | 定 2組 ※要予約<br>締 5月14日(火)                | 基幹型地域包括支援センター<br>☎(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17日(金) 10:00~14:30<br>場 市総合福祉センター                  | 不要                                     | 市社会福祉協議会<br>☎(082)430-8877<br>FAX(082)423-8525 |
| etto smile cafe えっとすまいるかふえ★ |   |                               | 日 5月11日(土) 13:30~15:00<br>場 宗近病院敷地内サロンドユウキ (西条町御園宇703) | 締 5月10日(金)                             | 広島中央認知症疾患医療センター(宗近病院)<br>☎(082)493-8651        |
| かふえほのぼの★                    |   |                               | 日 5月9日(木) 13:30~15:00<br>場 黒瀬保健福祉センター                  | 料 200円<br>締 5月6日(月)                    | 黒瀬地域包括支援センター<br>☎(0823)82-0203                 |
| あすカフェ★                      |   |                               | 日 5月16日(木) 13:30~15:30<br>場 安宿地域センター                   | 締 5月15日(水)                             | あすか住民自治協議会(安宿地域センター)<br>☎(082)432-2521         |
| きく茶屋★                       | 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19日(日) 13:30~15:30<br>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<br>☎(082)422-4075              |
| きくカフェ さくら★                  |   |                               | 日 5月26日(日) 13:30~15:30<br>場 桜が丘保養園(西条町 寺家5976)         | 不要                                     | 桜が丘保養園<br>☎(082)423-2595                       |
| サンSUNカフェ★                   |   |                               | 日 5月23日(木) 13:30~15:00<br>場 河内保健福祉センター                 | 料 200円<br>締 5月20日(月)                   | 北部地域包括支援センター<br>☎(082)435-2240                 |
| おれんじ喫茶 志あ和せ★                |   |                               | 日 5月31日(金) 14:00~15:30<br>場 志和堀地域センター                  | 料 200円<br>不要                           | 住みよい町志和町ネットワーク<br>☎(082)433-0016               |