

住所や電話番号などが変わったら図書館  
利用カードの登録情報を変更しましょう

市内いずれの図書館でも手続きができます。図書館  
利用カードを持参の上、カード名義人が来館し、手  
続きしてください（中学生以下は保護者可）。住所  
変更の際は、本人確認書類（名前・新住所が確認で  
きるもの。例/免許証、保険証、新住所宛の郵便物）  
が必要です。オンラインでの手続きもできます。

問 中央図書館

移動図書館車巡回日程

	巡回場所	3月	時間
西条	郷田地域センター	6日(木)	16:00~16:30
	板城地域センター	13日(木)	16:00~16:30
	旧JA三永支店	12日(水)	16:00~16:30
	平岩地域センター	27日(木)	16:00~16:30
	医療センターあゆみ園	19日(水)	11:00~11:30
	桜が丘こども園	4日(火)	10:30~11:00
	道の駅のん太の酒蔵	12日(水)	16:00~16:30
八本松	六方学園	28日(金)	16:00~16:30
	郷田保育所	21日(金)	10:30~11:00
	川上地域センター	13日(木)	16:00~16:30
志和	吉川小学校	11日(火)	10:30~11:00
	JA八本松南支店	11日(火)	16:00~16:30
	シヨージ志和店	5日(水)	16:00~16:30
	東志和地域センター	6日(木)	16:00~16:30
高屋	志和堀地域センター	6日(木)	15:00~15:30
	ケアハウスみずほ	28日(金)	14:30~15:00
	高屋西地域センター	25日(火)	16:00~16:30
	高美が丘地域センター	26日(水)	15:00~16:00
黒瀬	高屋東地域センター	19日(水)	16:00~16:30
	ファッション館カレンズ	14日(金)	16:00~16:30
	造賀地域センター	11日(火)	16:00~16:30
	旧JA下黒瀬支店奥	19日(水)	16:00~16:30
福富	ひまわり台第一公園	26日(水)	16:00~16:30
	シヨージ黒瀬店	27日(木)	16:00~16:30
豊栄	上黒瀬保育所	5日(水)	11:00~11:30
	竹仁地域センター	4日(火)	14:30~15:00
河内	認定こども園くば	25日(火)	11:00~11:30
	能良地域センター	11日(火)	14:30~15:00
安芸津	乃美地域センター	18日(火)	14:30~15:00
	入野地域センター	21日(金)	14:30~15:00
	河内西保育所	18日(火)	10:30~11:00
	安芸津海洋センター	25日(火)	16:00~16:30
	志和アグリ図書館出張日程	11・25日(火)	10:00~13:00

健康ひろば

オトナ女子のおしゃべりセルフケア部

・医師のミニ講話、保健師、助産師などとの座談会  
・更年期に起こりがちなゆらぐココロとカラダの悩  
みへの対処法を専門家に聞いてみませんか。希望  
者には骨密度測定（超音波）を行います。

日 3月20日(木・祝) 10:00~11:30

場 芸術文化ホールくらら301・302

対 40~50歳前後の女性 定 30人(先着)

持 骨密度測定を希望される方は着脱しやすい靴下  
にてお越しください。

締 3月18日(火) 申 ウェブ

問 医療保健課 ☎(082) 420-0936



心臓いきいき市民公開講座

心不全は良くなったり悪くなったりを繰り返しながら  
少しずつ心臓の働きが低下する病気です。本講座  
では、心不全の病態や上手な付き合い方を心不全診  
療に関わる多職種チームが解説します。

日 3月22日(土) 14:00~16:00

(13:30から受付)

場 サンスクエア東広島アザレアホール 定 260人

問 独立行政法人国立病院機構東広島医療センター

☎(082) 493-2176

URL <https://higashihiroshima.hosp.go.jp/>



まもろうよこころ ~図書館展示の開催~  
3月は自殺対策強化月間です

悩みや不安な気持ちを話してみませんか。電話  
やSNSの相談窓口もご利用ください。3月は市  
内各図書館でこころに関する展示を開催します  
のでぜひお立ち寄りください。

問 医療保健課 ☎(082) 420-0936



3月1~8日は女性の健康週間

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を  
過ごせるように、女性本人と、家族や職場、周囲で  
女性の健康を学び考える週間です。期間中には、市  
役所1階で、パネル展示を行います。

日 3月3日(月)~7日(金)

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 を見つけるグル ープミーティ ングの会	ひきこもりの人のご 家族	日 3月11日(火) 13:30~15:00 場 県東広島庁舎2階 保健相談室(西条 昭和町13-10)	初参加者はお 問い合わせせ ください。	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 3月27日(木) 14:00~18:00 場 芸術文化ホール くらら 209	不要	東広島地区医師会地域 連携室あざれあ ☎(082) 493-7360
こころホッと あたたかカフェ ほっとここあ (心愛)	・自由な語り合い ・ミニ講座：「訪 問看護につい て」のお話	こころの悩みを抱え ている人や、支援者	日 3月13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25人程度 初参加者はお 問い合わせせ ください。	医療保健課 ☎(082) 420-0936
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 3月4日(火) 10:30~14:30 場 ゆめタウン東広島	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
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 3月11日(火) 10:00~11:30 場 豊栄生涯学習センター	初参加の人は 要申込み	豊栄支所地域振興課 ☎(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 3月18日(火) 13:30~15:30 場 市立中央図書館	定2組 ※要予約 締3月11日(火)	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 3月7日(金) 10:00~15:30 場 芸術文化ホールくらら 10:00~13:00 研修室1-2 13:00~15:30 サロンホール	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 3月23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 3月8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3月7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 3月15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 3月28日(金) 14:00~15:30 場 東志和地域センター	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 3月16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 3月11日(火) 13:30~15:00 場 黒瀬保健福祉センター	料200円 締3月7日(金)	黒瀬地域包括支援センター ☎(082) 82-0203
あす カフェ ★			日 3月20日(木祝) 13:30~15:30 場 安宿地域センター	締3月19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 3月19日(水) 13:30~15:00 場 福富支所	料200円 締3月17日(月)	北部地域包括支援センター ☎(082) 435-2240