

小河先生のアルコールの世界 ～お酒について聞いてみよう！～

アルコールを長く楽しむ続けるために、飲酒運転になる飲酒量やアルコール依存症について、学びませんか。講師／AOI 広島病院 精神科医師 小河弘幸さん

日 1月30日(木) 14:00～16:00 場 芸術文化ホールくらら 208・209号室

申 ウェブ 締 1月24日(金) 問 医療保健課 ☎(082) 420-0936



ホームページ



申し込み

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です。	ひきこもりの人の家族	日 1月14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 1月23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
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 1月14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
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 ※保護者はお 子さんの安全 管理をお願い します。	日 1月28日(火) 10:00～11:30 場 河内保健福祉 センター	初参加の人の み要申込 締 1月24日(金)	河内支所地域振興課 ☎(082) 437-1109 FAX(082) 437-0229

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。 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 1月21日(火) 13:30～15:30 場 市役所 2 階 201相談室	定 2 組 ※要予約 締 1月14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 1月17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
家族介護 教室 ★	ウン知育教室～排 泄について楽しく 学ぼう～ 腸周りの筋肉を鍛 える「腸トレ体操」 と食事の大切さ 食事を美味しく摂 り、健康維持のコ ツを学びましょう	高齢者を介護 している家族 や近隣の援助 者など	日 2月19日(水) 13:30～15:30 場 特別養護老人ホー ム長寿苑 地域交 流ホーム（西条町 馬木1566） 日 2月20日(木) 13:00～15:00 場 小松原びわの里集 会所（安芸津町小 松原609-1）	定 20人(先着) 締 2月12日(水) 定 20人(先着)	特別養護老人ホーム 長寿苑 ☎(082) 425-2000 特別養護老人ホーム あきまる園 ☎(0846) 45-5600
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 1月26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 1月11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 1月10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 1月18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
orenji cafe きく茶屋 ★			日 1月19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
おれんじ喫茶 志あ和せ ★			日 1月31日(金) 14:00～15:30 場 西志和地域センター	料 200円 不要	住みよい町志和町 ネットワーク ☎(082) 433-0016
かふえ ほのぼの ★			日 1月9日(木) 13:30～15:00 場 黒瀬保健福祉センター	料 200円 締 1月6日(月)	黒瀬地域包括支援 センター ☎(0823) 82-0203
サン SUN カフェ ★			日 1月17日(金) 13:30～15:00 場 グループホーム ふぁみりい豊栄 (豊栄町鍛冶屋908)	料 200円 締 1月10日(金)	北部地域包括支援 センター ☎(082) 435-2240