



中央市民センターだより

廿日市市中央市民センター
〒738-0012
廿日市市天神11-29

電話 0829-20-1266 FAX 0829-32-1257

講座の申し込み・お問い合わせは 平日9時～17時をお願いします

URL <http://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/site/chuossc/>

ひろしま・やまぐち公共予約サービス

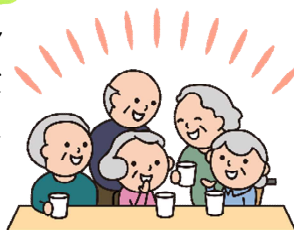
廿日市市中央市民センター空き状況



中級者編

楽しく学べるスマホ教室

初級者編に続き中級者編を開催します。少人数クラスなので、一人一人のペースに合わせて聞くことができます。自分のスマホを使って、操作に慣れましょう。



とき 7月11日(金)

13:30～15:00(質問時間含む)

ところ 中央市民センター 2階中研修室

内容 ◆LINE グループの作成・トーク、アルバム作成
◆LINE を安全に使うための設定

参加費 500円

講師 いちご.net(所在地:けん玉商店街)

代表 堀川 かなみ さん

定員 8名(※先着順)

申込み 7月4日(金)までに中央市民センターまで。



廿日市ウォーキング

ウォーキングは、体に酸素を取り入れながら運動する有酸素運動です。いろんな人とおしゃべりしながら歩くと脳が活性化し、認知症予防にも効果的です。

ウォーキングの基礎を学び、はつかいちのまちを歩いてみませんか?ウォーキングリーダーがご一緒にしますので、初心者の方も大歓迎です。



とき 6月16日(月)

9:30～11:30(受付9:15～)

参加費
無料

集合場所 中央市民センター

申込み 6月13日(金)までに、中央市民センターへ
電話・FAX または来所で。

※各自で飲み物・タオル・帽子をお持ちください。

※雨天の場合は中止(参加者へ電話での中止の個別連絡は行いません)。



防災講習会「災害と火災」について

各地で地震が発生、梅雨時期及び台風による大雨・土砂災害も危惧されます。災害と火災について学び、事前防災の大切さを認識し、“命を守るため”にどんな準備・行動をとればよいかを考えるための講習会を開催いたします。

とき 6月22日(日)

13:30～15:00(開場13:00)

ところ 中央市民センター 1階 多目的ホール

講師 廿日市消防署 菅田 和海 様

消防車展示も予定しています。
当日、模擬避難訓練も実施します。

※町内会長・防災担当役員の皆様は、参加をお願いします。

※この講習会は、広島県『みんなで減災』県民総ぐるみ運動に合わせて実施するものです。

問合せ 廿日市地区まちづくり協議会(防災事業部)

川崎 ☎080-1917-8801

参加費無料

申込み不要



ご家族と一緒に参加してみませんか?

どなたでも参加できます。





健診の申込は、お済みですか？

健康診断を毎年受診することで、小さな変化も見逃さず病気の予防が期待できます。

● 集団健診

会場	健診日	U-39健診・特定健診・後期高齢者健診	肺がん	大腸がん	胃がん	乳がん	子宮頸がん	C-B型肝炎
山崎本社	20日(金)	○	○	○	○	○	○	○
	21日(土)	○	○	○	○	○	○	○
	23日(月)	○	○	○	○	○	○	○
	24日(火)	○	○	○	○	○	○	○
	25日(水)	○	○	○	○	○	○	○
	26日(木)	○	○	○	○	○	○	○
	27日(金)	○	○	○	○	×	×	○
	29日(月)	○	○	○	○	○	○	○
	30日(火)	○	○	○	○	○	○	○
	1日(水)	○	○	○	○	○	○	○
みんなのあいプラザ	★2日(木)	○	○	○	○	○	○	○
	3日(金)	○	○	○	○	○	○	○
	4日(土)	○	○	○	○	○	○	○
	5日(日)	○	○	○	○	○	○	○
	6日(月)	○	○	○	○	×	×	○
	7日(火)	○	○	○	○	○	○	○
	25日(火)	○	○	○	○	○	○	○
	26日(水)	○	○	○	○	○	○	○
	27日(木)	○	○	○	○	○	○	○
	28日(金)	○	○	○	○	○	○	○
11月	29日(土)	○	○	○	○	×	×	○
	30日(日)	○	○	○	○	○	○	○
	1日(月)	○	○	○	○	○	○	○
	2日(火)	○	○	○	○	○	○	○
	3日(水)	○	○	×	×	×	×	○

★のマークのある日は、託児があります(要予約)

★のある日は、レディースデーです。女性のみ受診できます。

※協会けんぽ等の被扶養者の人も特定健診を受診することができます(10/5(日)、11/30(日)を除く)

40歳から74歳までの国保の特定健診対象の人に、5月下旬頃に特定健診が無料で受けられる受診券(ピンク色)を送付しています。



【申込先】健診コールセンター

☎(0829)31-2026 または Web 予約⇒



● 医療機関個別健診

【申込・予約先】各医療機関

【申込・受診期間】令和7年6月～令和7年12月末

実施する健診項目

- U-39健診・特定健診・後期高齢者健診(21～74歳の廿日市市国民健康保険加入者、広島県後期高齢者医療保険加入者、40歳以上の生活保護受給者)
- がん検診(胃がん(カメラ)、大腸がん、乳がん、子宮頸がん)

受付時間について(集団健診)

8:30～11:30の間で予約時に決定します。受付時間内にお越しください。

乳がん検診について(集団健診)

授乳中の方は、集団健診の場合で乳がん検診を受診することができません。医療機関へお問い合わせください。

2年に1度の検診について(集団健診・医療機関個別健診共通)

乳がん・子宮頸がん検診は、昨年度市の検診を受診していない人が受診できます。

胃がん検診は、昨年度市の検診として個別医療機関で胃カメラを受診していない人が受診できます。

問合せ：健診コールセンター(平日8:30～16:30)

☎(0829)31-2026

●廿日市地区の人口と世帯数 5月1日現在 ※()は前月比 世帯数：5,094 世帯(+7世帯) 人口：10,939人(+7)

ホームページで市民センターだよりのカラー版がご覧になれます。

QRコードまたは「廿日市市中央市民センターだよりの」で検索してください。



廿日市市中央市民センターだよりの



地域からのお知らせ

作品募集

一廿日市長生会連合会より

長生会会員のみなさん！廿日市老人連合会は今年も作品展を開催します。趣味で作られている作品を出展してみませんか！！

展覧会期 9月10日(水)～9月14日(日)

搬入：9月9日(火) 13:30～15:30

搬出：9月14日(日) 16:00～

展覧会場 はつかいち美術ギャラリー(第3展示室)

作品分野 絵画、書、写真、陶芸、工芸、手芸服飾彫刻など

出展料 会員のかたは長生会連合会で負担します。

締切り 7月31日(木)



【問合せ・申込み】

廿日市長生会連合会

会長 中田 ☎(0829-31-2001)



一廿日市地区まちづくり協議会より

6/7(土)開催予定の青春メモリアル・コンサートは秋に延期になりました。日程は改めてご案内します！

主催 青春メモリアル・コンサート実行委員会

【問合せ】八木 ☎090-5261-5405



いっぱいしませんか！ クラブ員募集中

「絵画クラブ」

いっしょに 絵を描いて
みませんか？

油絵、水彩など自由です。
まずは見学に来てさい。



活動日 毎月第2・4(土) 13:00～

問合せ 中央市民センターまで

6月の予定

13日(金) やさしいスマホ教室 13:30～

16日(月) 廿日市ウォーキング 9:15～(受付)

22日(日) 宮島水族館バックヤードツアー
& 干潟観察 10:50(現地集合)

★駐車場に限りがあります。公共交通機関の利用や乗り合わせでのご来館をお願いします。



手話通訳・要約筆記



センター主催の講座で手話通訳、要約筆記が必要な方は、各講座の3週間前までにご連絡ください。