

障害がある方で就労を希望される方の相談を受け付けます。予約制のため、前日までに電話で申し込んでください。

障害者就労相談

と き 11月10日(木)10時~12時 ところ 市役所
申し込み/問い合わせ 広島西障がい者就業・生活支援センターもみじ ☎0829-34-4717



悩んでいる方ご本人や、ご家族など、周りの方の相談に専門の医師が応じます。

心の健康相談

(精神保健福祉相談) 相談無料 秘密厳守

気分がゆううつ 酒・薬物依存の問題 認知症 眠れない ひきこもり 人とうまく付き合えない 対人関係・職場等でのストレス

と き・ところ 11月10日(木)市役所 14時~16時
11月25日(金)県西部保健所
申し込み 県西部保健所 ☎0829-32-1181 ※予約制(2日前まで)



情報ステーション

Ray-wa information station

市内の各種団体名の「大竹市」「大竹」などは、原則省略しています。時間は24時間表記です。(例：午後1時→13時) 参加料など金額表示のないものは、原則無料。



子育て

和みのヨーガ

子育て支援センターどんぐりHOUSE
子育て講座

と き 11月18日(金)10時30分~11時30分
対象 乳幼児と保護者

▼講師 丸木佳余子さん(和みのヨーガインストラクター)▼定員 親子10組(申込順)▼持参品 動きやすい服装、飲み物、バスタオル▼申し込み前日までにどんぐりHOUSEへ。

世界「ニラク」なヨーガで、「心とカラダを緩める」講座です。難しいポーズをとることも、頑張ることもありません。体感してみませんか。

と き 11月29日(火)10時~12時
ところ 栄公民館▼対象 市内在住または勤務の方を優先▼内容 お子さんのかわいい手形足形アートをクリスマススマスバードで作ります。保育

栄公民館 ☎536688



健康

Karadaカフェ

(健康講座) 運動初心者でも簡単に楽しくできる運動をメインに行います。健康的な運動習慣を身につけましょう。

と き 11月17日(木)10時~11時
ところ 玖波公民館▼内容 栄養講座▼講師 減塩で高血圧予防▼講師 健康運動実践インストラクター▼申し込み 11月1日(火)から電話または直接玖波公民館へ。

玖波公民館 ☎577084



ヘルシーCOOKパット教室

保健医療課 ☎592153

この教室は、食事・運動を通して健康について学びます。

○運動教室
今回のノルディックウォーキングは、歩き方とポールを活用した運動です。ポールを使用したストレッチや筋力トレーニングなどを紹介します。ポールの貸し出しもあります。ぜひ参加して、ポールで自身のからだのバランスアップ、筋力アップを目指しましょう。

○料理教室
腸活とは、バランスのよい食生活や適度な運動などによって、腸内環境を整えることです。今回は、腸内環境を改善するための力ぎをお伝えします。「腸活」に興味がある方の参加をお待ちしています。

と き 内容・定員表のとおり。▼ところ サントピア大竹▼対象

と き	内容	定員
11月4日(金)	料理教室 ミニ栄養講座 + 運動	10人
11月18日(金)	運動教室	25人

※全日、託児付です。

オンライン「おしゃべり広場」

~オンラインでふれあい遊びやおしゃべりなどを楽しみましょう~

問い合わせ 子育て支援センターどんぐりHOUSE(にじいろこども園内) ☎59-3500
松ケ原こども館 ☎57-8333
福祉課 ☎59-2148

子育て支援センター
どんぐりHOUSE
(にじいろこども園内)
オンライン相談日…毎週水曜日

松ケ原こども館
第4月曜日
オンライン個別相談の希望があれば、相談してください。詳しくはホームページ「今月のスケジュール」をご覧ください。



子育て支援施設 / イベント・行事

松ケ原こども館

松ケ原こども館 ☎57-8333・福祉課 ☎59-2148

開館日 毎週月曜日~水曜日・金曜日・土曜日
休館日 11月23日(水・祝)
利用時間 10時~12時、13時30分~15時30分(利用人数10組程度)
ところ 松ケ原町445番地2

松ケ原こども館は、乳児から中学生までの子どもと保護者(市内に限らず)を対象とした、無料で利用できる施設です。自然の中でゆっくり過ごしてみませんか。

イベント

- 芋ほり体験 と き 11月2日(木)10時30分集合(雨天中止)
どんなお芋が掘れるかな? 持参品 帽子、長靴、飲み物、タオル、ビニール袋
- 秋のお散歩 と き 11月11日(金)10時30分集合(雨天中止)
秋を探しにみんなでお散歩しましょう。
- 子育て応援!
みんなニコニコ演奏会 と き 11月12日(土)10時30分~12時
レレマさんによるウクレレ演奏会。どんぐりコロコロ、小さな世界(ディズニー)他
- 親子でまなあそ と き 11月22日(火)10時30分~12時
詳細は館内ポスターをご覧ください。
- 誕生日会 と き 11月25日(金)10時30分~12時
みんなで祝いましょう。(誕生日は前月から予約できます。22日(火)締め切り)

利用の予約は、電話または直接松ケ原こども館へ。そのほかのイベントは、ほのぼのホームページをご覧ください。



さかえ子育て支援センター

さかえ子育て支援センター ☎53-9766・福祉課 ☎59-2148

開館日 毎週月曜日~金曜日
休館日 11月3日(木・祝)、23日(水・祝)
利用時間 9時30分~12時、13時30分~16時(利用人数6組程度)
ところ 西栄3丁目12番25号

親子の交流、子育て情報の提供などを行っています。無料で利用できますので、気軽にお越しください。現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため限定的な利用になっています。利用を希望する方は電話または直接さかえ子育て支援センターへ。

イベント

- 栄養相談 と き 11月15日(火)11時~12時
対象 乳幼児と保護者
講師 信友美小子さん(株式会社江崎グリコ 管理栄養士・子育てアドバイザー)
授乳時期、離乳時期、幼児期の栄養相談、産後ママの食事ポイントなどのアドバイスをします。
定員 2組程度(申込順)
- ママ&キッズ HAPPYレッスン
前半は「子どもと一緒に身体を動かそう」後半は「ヨガのポーズを取り入れてママのリラックスタイム」です。
と き 11月25日(金)9時30分~10時30分
対象 首が座ったところから3歳未満の子どもと保護者
講師 手島 楓さん(ヨガインストラクター)
定員 3組(申込順)

各イベントの申し込み 電話または直接さかえ子育て支援センターへ。そのほかの行事は、さかえ子育て支援センターのホームページをご覧ください。



子育て支援センター

どんぐりHOUSE(にじいろこども園内)

どんぐりHOUSE ☎59-3500・福祉課 ☎59-2148

開館日 毎週月曜日~金曜日・第2土曜日
利用時間 9時30分~12時、13時30分~16時(10組程度・要予約)
休館日 11月3日(木・祝)、23日(水・祝)
ところ 小方1丁目11番1号

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため限定的な利用になっています。利用を希望する方は電話または直接どんぐりHOUSEへ。(利用希望日の15日前から予約できます。第2土曜日を除く15日前が土・日曜日、祝日の場合は直前の平日)

イベント

- 作ってあそぼう と き 11月10日(木)、11日(金)9時30分~11時30分
ふかふかサツマイモをつくりましょう (要予約・10組程度)
- お話し会 と き 11月28日(月)11時30分~12時
- 身体測定 と き 11月21日(月)~25日(金)9時30分~12時
- 誕生会 と き 11月29日(火)(要予約・10組程度)
11時~(誕生日は前月から予約できます)

みんなで11月生まれのお友達をお祝いしましょう。誕生カードのプレゼントがあります。※毎月第2土曜日は開館します。

親と子の本の広場 あいいく館

ボランティア団体

あいいく館(杉嶋携帯) ☎090-2298-9624

開館日 毎週土曜日 10時~12時、13時~16時
ところ 南栄3丁目1番29号 ※無料。駐車場あり。

赤ちゃん・幼児とその保護者・小学生が絵本と木のおもちゃで楽しく遊べる広場です。赤ちゃんのファースト絵本から小学生、大人も楽しめる児童書など、3000冊あります。午前・午後の終わりの30分はおはなし会です。(読み語り、手遊び、紙芝居、貸し出しなど)

○おすすめ本の紹介とおはなし会
と き 11月19日(土)
本の紹介:11時~11時30分
おはなし会:11時30分~12時
テーマ 「クリスマス」
対象 本の紹介:保護者の方 おはなし会:子どもたち

○小さい子のおはなし会
(第4木曜日・開館10時~12時)
と き 11月24日(木)11時~11時30分

○クリスマスの工作
と き 11月26日(土)、12月3日(日)
午前・午後

★あひる座の楽しい人形劇
と き 12月10日(土)10時30分~12時
タイトル 「3びきのやぎのがらがらどん」他

ホームページ Facebook



HIV(エイズ)抗体検査
肝炎ウイルス検査
梅毒検査

問い合わせ 県西部保健所 ☎0829-32-1181

匿名 無料 予約制

検査は匿名で受けられ、プライバシーは厳守されます。感染に心あたりがある方は、ためらわずにすぐ検査を受けましょう。※検査は無料で、予約が必要です。

とき 11月16日(水) 9時~11時
ところ 県西部保健所(廿日市市桜尾2-6-8)
申し込み 県西部保健所へ

地元の野菜や魚、加工品からここでしか買えないものまで、幅広い品ぞろえの朝市。子ども向けのコーナーもあり、年齢を問わず楽しめます。

日曜くばマルシェ

とき 11月27日(日) 10時~12時
ところ コミュニティサロン玖波
問い合わせ 玖波まちづくり振興会(南なか川 内☎57-7257)

毎月第1 土曜日は

マロンの里 交流館 土曜市

とき 11月5日(日) 10時~
ところ マロンの里交流館
(栗谷町大栗林195-12)
地物農産物の販売も行います。ぜひお越しください。
問い合わせ マロンの里交流館 ☎55-0055

毎月第3 土曜日は

おおたけ水産 GOGO

獲れたての地元の魚を/そろえております

とき 11月19日(日) 9時30分~
ところ 「たいたいこんぼ」(くば漁業協同組合内施設 玖波3丁目8番13号)
※来場者の状況により時間は変更になることがあります。
問い合わせ おおたけ水産GOGO市実行委員会(くば漁業協同組合内) ☎57-7034

健康

カラダがよるこぶ 健康講座(アゼリアおおたけ)

アゼリアおおたけ ☎5322226

みんなで、楽しくカラダを動かしましょう。

とき11月9日(水)10時~11時
ところアゼリアホール▼内容リズムのつてチエアビクス
▼講師小松美保さん(スポーツインストラクター)▼持参品運動のできる服装、室内シューズ、飲み物、タオルなど▼申し込みアゼリアおおたけへ。
※講師、講座内容が変更になる事があります。

男塾

保健医療課 ☎592153

11月は、ウォーキングです。運動を継続するには、ケガや足腰の痛みの原因を作らないことが大切です。そんな原因を予防するためには、ストレッチを行うことが有効です。今回は、屋外にあるベンチや手すりを使ったストレッチ方法をお知らせします。

とき	対象	内容
11月17日(木)	おおむね74歳までの方	栄養講座+マシン
11月26日(土)		エンジョイウォーキング~機能的に歩こう~
11月10日(木)	おおむね69歳までの方	エンジョイウォーキング~機能的に歩こう~
11月24日(木)		EXボールで体幹トレーニング

※13時受け付け開始。※体力に不安のある方など、個々に相談してください。

講座

断捨離!「お片付けセミナー」第4弾

生前終活・生き方の片付け

玖波公民館 ☎577084

コロナ禍が続く家での時間が増え、「お片付け」のチャンスです。片付けは時間の余裕と健康につながります。テーマごとにシリーズで開催。

とき11月5日(日)13時30分~15時30分▼ところ玖波公民館▼講師岩田由美子さん(整理収納アドバイザー)▼定員40人程度(申込順)▼申し込み11月1日(火)から玖波公民館へ。

初体験! ジルバを楽しもう

シニアルダンス入門

玖波公民館 ☎577084

新しい体験をしてみましよう。スポーツ感覚で踊りましよう。

とき11月12日(日)10時30分~12時▼ところ玖波公民館▼内容ジルバやブルースを分かりやすく学びましよう。初心者、経験者歓迎。

親子の絆づくり Part3

栄公民館 ☎536688

とき11月22日(火)10時30分~12時30分▼ところ栄公民館▼対象市内在住または勤務の親子を優先(原則未就園児。産後の方は産後2カ月~)▼内容第3弾!寒くなってくる季節。血流を流し、免疫を高めて風邪に負けない身体作りをしましょう。ぜひ、お子さんと一緒に。お母さんのおでの参加も可能です。

▼講師佐伯裕子さん(ルーシーダットンインストラクター)▼定員10組(申込順)▼持参品飲み物、いつものお出かけグッズ、デニム以外の動きやすい服装▼申し込み11月1日(火)から電話または直接栄公民館へ。

カラダがよるこぶ 健康講座(栄)

栄公民館 ☎536688

とき11月8日(火)10時~11時
ところ栄公民館▼内容脳トレにチャレンジ▼講師瀬川佳子さん(スポーツインストラクター)▼持参品運動のできる服装

▼申し込み11月1日(火)から電話または直接栄公民館へ。

わくわく子ども 科学実験教室

栄公民館 ☎536688

とき11月27日(日)10時~12時
ところ栄公民館▼対象小学生(保護者同伴可)▼内容科学実験を通して論理的思考力・問題解決力・解決力などが身につくことをねらいとしながら、次の3つの実験を学んでいきます。

○ペットボトル潜水艦。動くアルミ缶自動車。おなじみの「空気が泡」▼講師田中雄司さん、納城なつみさん(子どものための科学実験室)▼定員20人程度(申込順)▼参加料100円▼持参品筆記用具、タオル▼申し込み11月1日(火)から電話または直接栄公民館へ。

学びのカフェ11月 オンラインde 旅しよう!

里海・里山

玖波公民館 ☎577084

コロナ禍が続く、なかなか外出し、新しい学びのスタートです。一緒にオンラインで素敵な旅をしてみましよう。

とき11月19日(日)13時30分~15時
ところ玖波公民館
修室▼内容テーマ「自転車だから出会えた景色」~里海・里山~▼講師(キーパーソン)堀啓二さん(広島サイクリング協会理事)▼定員30人程度▼申し込み11月1日(火)から玖波公民館へ。

講座や催しに参加される方へお願い
マスク着用。当日検温をし、発熱、風邪、味覚・嗅覚異常、せき、体調不良などの症状があれば、参加は控えてください。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している催しなどは中止、または延期になる場合があります。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している催しなどは中止、または延期になる場合があります。

中止 青少年育成講演会

問い合わせ
市青少年育成センター(生涯学習課内)
☎28-5680

今年度の青少年育成講演会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。なお、昨年度と同様、作文などのコンテンツの表彰式、作品の総合市民会館ロビーでの展示については実施する予定です。
11月は「子ども・若者育成支援協調月間」です。今後も、子どもや若者への健全育成について地域全体で取り組んでいきたいと思います。

令和4年度納期限

■国民健康保険料(5期)
■介護保険料(5期)
■後期高齢者医療保険料(5期)

ご注意ください
○納めるときは、納付書を使用してください。
○納付場所は納付書裏面を確認してください。

11月30日水

問い合わせ
市民税務課 ☎59-2127

交通事故統計情報

発生件数 17件
(前年同期比 7件減)

死者数 0人
(前年同期比 1人減)

負傷者数 19人
(前年同期比 8人減)

交通事故発生状況
(9月末日現在)

※令和4年の発生件数、負傷者数は概数です。

11月の米軍による弾薬処理

問い合わせ 危機管理課 ☎59-2119

米海兵隊岩国基地は、焼却処理できない弾薬を同基地沖合3・5kmに位置する姫子島で爆破処理しています。曇りの日は爆破音がよく響くことがあります。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

※●は弾薬処理候補日。いずれも8時～17時。天候などにより、予定が変更になる場合があります。

講座

キャッシュレス推進事業
現金を使わず
お得にお買い物しよう

アゼリアおたけ
☎5322226

とき11月22日(火)10時～11時30分
▼ところアゼリアおたけ
▼内容キャッシュレス決済とは。そのメリットとデメリットについて学びます。▼講師古川和子さん(ららんサポーター)
▼定員15人(申込順)▼持参品筆記用具▼申し込み11月1日(火)から電話または直接アゼリアおたけへ。

リモート
おしゃべりクッキング
Xmas編
生涯学習課 ☎5358000

とき12月10日(土)11時～13時▼対象Zoomアプリを利用できる方▼内容簡単でとってもおいしいクリスマスメニューを自宅のキッチンでおしゃべりしながら楽しくクッキングします。メニュー・手作りソース添えナアおたけへ。

相談

税理士税務相談会

市民税務課 ☎5921228

中国税理士会所属の税理士が、税金の種類を問わず、無料で相談を受けます。秘密は厳守されますので、気軽に利用してください。なお、中止の場合は、市ホームページなどでお知らせします。
とき12月8日(木)13時～16時(1人30分)▼ところ市役所▼申し込み電話で市民税務課へ。

マイナポイント 手続き支援

栄公民館 ☎536688

とき11月28日(月)10時～16時(随時受け付け)▼ところ栄公民館
▼対象マイナンバーカードを持っていない方(本人の申し込みのみの受け付けです)▼内容マイナンバーカードは持っているけどマイナポイントの手続きの仕方が分からない。そんな方のために窓口を開設します。申し込み不要で開催時間中でしたらいつでも受け付けています。その他、スマホのお悩み

催し

おたけdeスポーツフェスタ

オオタケdeスポーツフェスタ実行委員会(株)DMC広島内
☎082-533217255

子どもから高齢者まで、誰もが気軽に楽しめるスポーツの祭典です。秋の深まりを感じながら、スポーツで気持ちのよい

ゲット、簡単キンパ、野菜たっぷり生春巻、お豆腐で映えるティラミス▼講師持田州妙さん(ちいさなお店やさん店主)▼定員20人(申込順)▼申し込み11月1日(火)から20日(木)までメールで受け付けます。住所、氏名、年齢携帯電話番号を明記し生涯学習課にメールを送ってください。メール送信後1週間が経過しても返信がない場合は、お手数ですが、生涯学習課まで電話で問い合わせしてください。

生涯学習課Eメール
seigaku@city.nijp

※材料など必要なものはメールでお知らせしますので、事前に各自で準備をお願いします。

お知らせ

アラカルト

パキスタン洪水
救援金にご協力を

日本赤十字社広島県支部大竹市地区事務局(地域介護課内)
☎5921152

2022年パキスタン洪水で被災された方を支援するため、日本赤十字社広島県支部大竹市地区では、次のとおり救援金を受け付けます。協力していただいた救援金は、全額、日本赤十字社を通じて被災された

相談

相談も受け付けますので、気軽にお越しください。(4桁の暗証番号が必要です。また、場合によってはその日に申し込みできず、市役所での手続きが必要になる場合もあります。詳細は各会館に配布してある、チラシを確認、または直接問い合わせください。▼講師古川和子さん(ららんサポーター)▼持参品マイナンバーカード、口座情報(分かるもの)、キャッシュレス決済サービス、4桁の暗証番号▼申し込み当日都合がよい時間に直接栄公民館へ。

コーラス フェスティバル

大竹を音楽のあふれる街に
コーラスフェスティバル実行委員会(生涯学習課内)
☎5358000

市内で活躍しているコーラスグループが日頃の成果を発表し交流を深める音楽イベントです。皆さん会場に登場し、温かいエールを送ってください。
とき11月6日(日)13時30分～16時▼ところアゼリアおたけ
※駐車場が満車の場合は、大竹中学校第2駐車場を利用してください。

polisフェスティバル
インKUBA
県警音楽隊演奏
体験型イベント
玖波公民館 ☎577084

警察(まちのおまわりさん)をもっと身近に感じてもらい、

ペットボトルの キャップ・ラベルの 分割回収にご協力を

環境整備課 ☎5921154

市では、三菱ケミカル株式会社を中心として、県や参加企業などとペットボトルの3分割回収によるリサイクルの実証試験を行っています。この取り組みは、リサイクルが難しいラベルやキャップについても考えていこうとするもので、市内小学校の4年生も参加し、学んでいます。ラベルとキャップの回収に協力をお願いします。
なお、ごみの回収方法が変更となるわけはありませんので、注意してください。

回収方法:キャップ、ラベル、ボトルに分別し、キャップとラベルを指定場所に持ってきてください。ボトルは、これまでどおり収集日に出してください。
回収場所:総合市民会館、アゼリアおたけ、玖波・栄公民館、サントピア大竹に、回収ボックスを設置します。
期間:11月～令和5年1月末

令和4年分 年末調整説明会

市民税務課 ☎5921228

公益社団法人広島西南法人会と廿日市税務署の共催で、源泉徴収義務者などを対象に、給与所得者に係る年末調整説明会を開催します。なお、中止の場合は、市ホームページなどでお知らせします。
とき11月24日(木)13時30分～15時30分▼ところ総合市民会館
▼その他来場する方は、敷地内駐車場が使用できないため、消防署北側の市民スポーツ広場へ駐車してください。

唄と笑いと健康

風呂哲州さんによる
栄公民館 ☎536688

風呂哲州さんは、嘉門達夫の付き人として修業後、シンガーソングライターとしてスタート。その後、ギター漫談として公民館や各施設などで活躍中。昭和歌謡曲・童謡・カープ伝説などで会場を笑いの渦にします。唄と笑いに健康メリックにもつながります。
とき11月20日(日)13時～15時▼ところ栄公民館▼講師風呂哲州さん▼定員50人(申込順)▼その他駐車場は、数に限りがありますので、ご了承ください。
▼申し込み11月1日(火)から電話または直接栄公民館へ。

広島県最低賃金

広島労働局
☎082-22119244
☎0829-3211155

10月1日から、広島県最低賃金が時間額930円となりました。広島県最低賃金は、県内の事業場で働く全ての労働者に適用されます。
詳しくは、広島労働局または廿日市労働基準監督署へ問い合わせてください。

令和4年分 年末調整説明会

市民税務課 ☎5921228

公益社団法人広島西南法人会と廿日市税務署の共催で、源泉徴収義務者などを対象に、給与所得者に係る年末調整説明会を開催します。なお、中止の場合は、市ホームページなどでお知らせします。
とき11月24日(木)13時30分～15時30分▼ところ総合市民会館
▼その他来場する方は、敷地内駐車場が使用できないため、消防署北側の市民スポーツ広場へ駐車してください。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している催しなどは中止、または延期になる場合があります。

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している催しなどは中止、または延期になる場合があります。

講座や催しに参加される方へお願い
マスク着用。当日検温をし、発熱、風邪、味覚・嗅覚異常、せき、体調不良などの症状があれば、参加は控えてください。