

掘ばたおっと

安芸灘交流館 堀ばたホール
AKINADA-KOURYUKAN HORIBATA-HALL



第253号 2026年5月14日

発行 呉市豊まちづくりセンター
〒734-0301 呉市豊町大長5915-3
TEL. 0823-66-2111

開館時間 8:30 ~ 22:00
休館日 年末年始(12月29日~1月3日)

安芸灘保健出張所からのお知らせ 安芸灘保健出張所 TEL. 0823-70-7181

安芸灘保健出張所では、下蒲刈町・豊浜町・豊町の各市民センターへ週1回、保健師が出向いています。できるだけ素早く、丁寧に対応をさせていただくため、ご来所の場合は前もってご連絡ください。なお、業務の都合でやむを得ず保健師が不在の場合があります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

場所	曜日	時間	内容
豊市民センター	火	13:00 ~ 16:00	・健康相談 ・高齢者予防接種無料券 ・特定医療費(指定難病) ・がん検診無料券 ・胃がん検診(胃カメラ)受診券 ・自立支援医療(精神医療) ・精神保健福祉手帳 など



【行事予定】

行事	月日	時間	場所	内容	持ってくるもの
安芸灘育児相談	5月26日 火曜日	10:00 ~ 11:00	蒲刈まちづくりセンター(向)	身体計測 個別相談	母子健康手帳 フェイスタオル(計測用)
●からだスッキリ教室	6月30日 火曜日	10:30 ~	安芸灘交流館(豊まちづくりセンター)	栄養教室 骨密度測定	筆記用具
	7月6日 月曜日	12:00	豊浜まちづくりセンター	運動実技 講話	タオル・飲み物 動きやすい服装で。

●からだスッキリ教室は、6月9日 火曜日 から予約受付します。

知って予防しよう「オーラルフレイル」 6/4~6/10は歯と口の健康週間

口の機能の健全な状態と口の機能低下との間にある状態をオーラルフレイルといいます。オーラルフレイルは改善可能な状態です。かかりつけ歯科医や歯科衛生士にご相談ください。

図書室 INFORMATION

利用時間：豊まちづくりセンター 開館日の「9:00」から「19:00」まで

臨時休室のお知らせ

6月21日(日)

… 掘ばたフリーマーケット開催のため

6月28日(日)

… ワックスがけのため



防災デー



実施日時 6月7日(日) 7:30~

※小雨の場合でも実施します。

一致団結して町を災害から守りましょう!



呉市立図書館 自動車図書館

※隔週火曜日来館予定です。

安芸灘交流館

(豊まちづくりセンター)

1回目 10:30 ~ 11:00

5月19日/6月2日・16日 2回目 13:30 ~ 15:30

【問合せ】中央図書館 (TEL. 0823-21-3014)

全国一斉 人権相談所開設

日時 6月5日(金) 10:00 ~ 12:00

会場 安芸灘交流館(豊まちづくりセンター)

多目的室

相談は無料。秘密は厳守いたします。

呉人権擁護委員協議会

出張法律相談会・消費生活相談会

法律全般に関する相談や

消費生活に関する相談などに弁護士等が応じます。

相談は無料です。この機会に、ぜひご利用ください。

日時：6月25日(木) 13:00 ~ 16:00

会場：安芸灘交流館(豊まちづくりセンター)

多目的室

呉市役所 市民相談室 (TEL. 0823-25-3222)

6月の行事予定

1日(月)	定期講座	ダンスエクササイズ
4日(木)	定期講座	人生を楽しむヨガ
	短期講座	フラダンス
11日(木)	定期講座	人生を楽しむヨガ ステップアップ
13日(土)	定期講座	健康ストレッチ
15日(月)	定期講座	ダンスエクササイズ
18日(木)	定期講座	人生を楽しむヨガ
	短期講座	フラダンス
20日(土)	短期講座	絵てがみ
21日(日)	イベント	掘ばたフリーマーケット
24日(水)	定期講座	男の料理
25日(木)	定期講座	人生を楽しむヨガ ステップアップ
27日(土)	定期講座	健康ストレッチ
28日(日)	臨時休館(ワックスがけ)	

はかりの定期検査

2年に一回検査が必要です!

日時：5月20日(水) 10:30 ~ 12:00

場所：安芸灘交流館(豊まちづくりセンター)

問合せ：呉市商工振興課 (TEL. 0823-25-3815)



職員の異動がありましたので、ご紹介します。

豊市民センター		
氏名	新役職	旧役職
松下 秀一	センター長	豊浜市民センター センター長
里田 謙一	副センター長	観光振興課 課長補佐
坪川 雅司	課長補佐	副センター長
松下 律子	豊浜市民センター 副センター長	主査

呉市安芸灘地域高齢者相談室

【地域包括支援センター】です!

《認知症と加齢によるもの忘れはどう違う?》

記憶力は20代をピークに加齢とともに減退していき、年をとれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えることが苦手になったりしますが「加齢によるもの忘れ」と「認知症」は違います。

例えば、昨日の晩ごはんを「何を食べたか思い出せない」というのは加齢によるもの忘れです。

一方で、認知症によるもの忘れは「晩ごはんを食べたこと自体を忘れる」といった体験そのものが抜け落ち、ヒントがあっても思い出すことが難しくなります。そのほかにも、同じことを繰り返し聞く、時間や場所がわからなくなる、身の回りのことが難しくなるなど生活への影響がみられることも認知症によるもの忘れの特徴です。

認知症は早期の発見・治療が大切となりますので、気になる点や不安な点などありましたら、お気軽にご相談ください。



電話 66-1115

豊地区の世帯数と人口

【令和8年3月末現在】()は前月比



住民基本台帳による人口データ

世帯数 … 839 世帯 (+2) 男 … 584 人 (±0)

人口 … 1,294 人 (-2) 女 … 710 人 (-2)