

ひがしなだ子育てナビ

区役所では乳幼児健診や子育て教室などを実施しています

子育て情報

地域子育て応援プラザ東灘

①離乳食セミナー はじめての離乳食

日時/9月26日⑩10:00~11:30 **無料**
 場所/区役所5階 定員/12組(抽選)
 対象/親子(5カ月から離乳食開始前~1回食)

②親子ふれあひあそび・体験保育

対象:親子(0歳児) **全4回**
 日時/9月7・14・21・28日⑩10:00~11:30
 場所/幼保連携型認定こども園 聖ニコラス天使園(北青木4-1-37)
 定員/3組(抽選)

対象:親子(0・1歳児)
 日時/10月4日⑩・5日⑩・11日⑩・12日⑩
 10:00~11:30
 場所/住吉むつみ保育園(住吉宮町7-2-35)
 定員/10組(抽選)

対象:親子(1・2歳児)
 日時/9月5日⑩・8日⑩・12日⑩・14日⑩
 10:00~11:30
 場所/幼保連携型認定こども園夢(住吉宮町1-2-27)
 定員/10組(抽選)

各1,000円/回(給食1回おやつ3回含む)

③ぼけっと・セミナートコトコ期

日時/9月8・15日⑩ **全2回 無料**
 10:00~11:30
 場所/住吉公園保育所(住吉宮町3-4-23)
 対象/親子(14カ月~2歳まで)
 定員/10組(抽選)

①②③とも電話で8月21日⑩までに⑩へ
 ⑩地域子育て応援プラザ東灘
 ☎・FAX851-4148

子育てをもっと楽しく ~赤ちゃん講座 全4回 無料

日時/9月12・19・26日⑩、10月3日⑩
 10:00~12:00
 場所/向洋児童館
 対象/9月12日現在に生後4~6カ月の乳児と保護者
 定員/10組(抽選)
 ⑩直接来館か電話かFAXで8月31日⑩までに⑩へ
 ⑩魚崎児童館 ☎・FAX453-2662

子育てに関する相談 無料

日時/月曜から金曜(祝日除く)8:45~17:15
 ⑩区こども家庭支援室
 ☎856-8080 FAX811-3769

8・9月の子育て教室

⑩区こども家庭支援課 ☎841-4131(内線452~456) FAX811-3769

行事名	対象	実施日	時間
すくすく赤ちゃんセミナー【予約制・定員有・先着順】	29年2・3月生まれ(第1子)	8月23日⑩	13:10から受付 13:30~15:45
ふたごくらぶ【初回のみ予約制】	親子(ふたご・みつご等)妊婦	8月28日⑩ 9月25日⑩	10:00~11:30
ベビーおあしす【申込不要】	子育て中の親子(6カ月までの第1子)・妊婦	8月7・21・28日⑩ 9月4・11・25日⑩	10:00~11:30
子育てサロンおあしす【申込不要】	子育て中の親子(6カ月から3歳未満)		12:00~16:00
サテライト☆おあしす【申込不要】RiCふれあい会館で実施	子育て中の親子(1歳まで)・妊婦	8月24日⑩ 9月28日⑩	14:00~16:00

※乳幼児健診は、4カ月(BCG接種同日実施)、9カ月、1歳6カ月(1歳7カ月頃案内)、3歳(3歳3~4カ月頃案内)の成長・発達の節目の時期に行っています。対象者には個別に案内を送付します
 ※神戸市に「大雨・洪水・暴風・大雪・暴風雪」の気象警報が発表されている場合(午前の事業は7:00時点、午後の事業は10:00時点)は、行事は中止します

相談

区役所での相談 無料

①税務相談(税理士) 要予約
 日時/8月9日⑩13:00~16:00
 場所/区役所3階33会議室
 定員/6人
 予約/9:00~21:00(当日11:00まで)

②法律相談 要予約
 日時/8月1・8・15・22・29日⑩12:00~15:00
 場所/区役所4階相談室
 定員/20人(弁護士相談7人)
 予約/前週水曜から
 9:00~21:00(当日14:00まで)

⑩①②とも市総合コールセンター
 ☎333-3330 FAX333-3314

行政相談
 日時/8月21日⑩13:00~15:30

場所/区役所4階相談室
 ⑩区まちづくり課
 ☎841-4131(内線222) FAX811-4901

区社会福祉協議会での相談 無料

心配ごと相談
 日時/8月9・23日⑩13:30~15:30
成年後見利用手続き相談
 成年後見人制度のしくみや利用手続きの流れについてお答えします
 日時/8月25日⑩13:30~15:30
 ⑩区社会福祉協議会(区役所5階55番)
 ☎841-4131(内線419) FAX841-7999

休日急病電話相談

日時/休日9:00~16:40
 ⑩休日急病電話相談センター
 ☎362-1599



photo diary 08

東部市場の料理教室

お料理の先生と手打ちパスタとフレッシュトマトソースを手作り!豆知識も聞きながら楽しい料理教室が開かれました。

8・9月の保健だより

⑩区健康福祉課 ☎841-4131(内線432・433) FAX851-9333

事業予定	実施日	受付時間
栄養相談・健康相談【予約制/無料】	8月15日⑩・9月19日⑩	9:00~10:30
血液検査 エイズ(HIV抗体)とB型肝炎(抗原)のセット検査【無料】[検査結果は約1時間後]	9月27日⑩	14:00~15:00
精神保健相談(医師)【予約制】 第1・3火曜、第2木曜	8月1日⑩・10日⑩・15日⑩ 9月5日⑩・14日⑩・19日⑩	13:30~15:00
精神保健相談(相談員)【予約制】	随時	

神戸市健康診査(集団健診) 予約定員制 8月16日~9月15日

⑩兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048
 ⑩神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX262-1165

日程	時間	会場名	自己負担金
8月17日⑩	9:15~11:00	県予防医学協会御影	1,000円 下記の無料対象あり
8月28日⑩			
8月31日⑩	9:15~11:00	区役所5階	
9月1日⑩	9:30~11:00	深江会館	
9月6日⑩	9:15~11:00	区役所5階	
9月9日⑩	9:15~11:00	県予防医学協会御影	
9月13日⑩	9:15~11:00	区役所5階	

◆対象/①後期高齢者医療保険制度加入者②30歳、35~39歳(平成30年3月31日時点)③40歳以上の生活保護受給者※40~74歳の方は、各医療保険者に特定健康診査を問い合わせ。神戸市国民健康保険加入者は⑩へ
 ◆無料対象/①後期高齢者医療保険制度加入者②30、35歳③36~39歳で市民税が非課税または均等割のみ課税世帯に属する人④生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者
 ※③④該当者は、区役所1階13番窓口健康保険証などを持参、受診券の交付後、受診
 ◆内容/問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査 ◆方法/事前に予約し、健康保険証と受診券などを持参

健診会場で併せて実施

①胸部X線(結核)健診(無料・単独受診可)。COPD(慢性閉塞性肺疾患)リスクチェック同時実施。満15歳以上。薄手の無地のシャツが肌着で撮影します
 ②肝炎ウイルス検査(無料・単独検査可)。40歳(平成30年3月31日時点)から過去に検査を受けたことの無い人
 ③骨粗しょう症検診(1,000円・単独受診可)。満40歳以上の男性、満18歳以上の女性

神戸市がん検診

⑩神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX262-1165

検診名	対象者	自己負担金	事前申し込み
胃がん検診	満40歳以上	600円*	県予防医学協会(☎871-7758)検診車で実施(定員制)
乳がん検診	当年度に40歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性	40歳代 2,000円* 50歳以上 1,500円	県予防医学協会(☎871-7758)検診車で実施(定員制)または指定医療機関へ直接申し込み
子宮(頸)がん検診	当年度に20歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性	1,700円*	指定医療機関へ直接申し込み
肺がん検診	満40歳以上	1,000円*	
大腸がん検診	満40歳以上	500円*	集団健診と同時予約 県予防医学協会(☎871-7758)
前立腺がん検診	50歳以上の男性にお勧めします	1,000円 (単独受診1,500円)	集団健診と同時予約 単独受診は当日会場申し込み (無料券なし)
骨粗しょう症検診	満40歳以上の男性、満18歳以上の女性	1,000円	

※次の人は自己負担金が無料になります
 ◆無料対象/①満70歳以上 ②市民税が非課税または均等割のみ課税世帯に属する人
 ③生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者
 ※②③該当者は、事前に区役所1階13番窓口健康保険証などを持参、受診券の交付後、受診

区民健康講座 無料 申込不要 手話通訳あり

こどもの発熱 ~この熱 待てる熱? 待てない熱?

日時/9月8日⑩13:30~15:15
 場所/区医師会館3階(御影中町4-1-8) ※エレベーターはありません
 定員/120人(当日先着順) 講師/東灘区医師会 二星 あゆみ先生
 ⑩区健康福祉課 ☎841-4131(内線421) FAX851-9333