

■ スポーツ・健康

歯周病検診／無料

歯周ポケットの測定・むし歯やかみ合わせのチェック・歯みがき指導など
 ● 11月30日(金)13:15～14:30
 所 区役所5階 健康教育室
 対象 35歳及び41歳以上
 定員 28名
 ● 10月9日(火)9:00から●へ(先着順)
 ● 市イベント案内・申込センター
 ☎333-3372 ●333-3314

■ 講座・教室

区民健康講座／申込不要・無料

● 10月26日(金)14:00～15:00
 所 区役所4階 大会議室
 講師:陰下 敏昭先生(陰下内科)
 演題:「肺炎からあなたを守る」
 インフルエンザと肺炎の話
 ● 市イベント案内・申込センター
 ☎333-3372 ●333-3314

■ 図書館だより

おはなし会／無料

● 10月13日(土)14:00～15:00
 11月4日(日)14:00～14:30

一般向け映画会／無料

● 10月14日(日)11:00～、14:00～
 「ノー・マンズ・ランド」(フランス・イタリア・ベルギーほか 2001年 98分)
 ● 10月28日(日)11:00～、14:00～
 「朝日のあたる家」(日本 2013年 118分)
 ● 各22席(30分前開場・先着順)

子供向け映画会／無料

● 10月27日(土)14:00～
 「ハードル」(日本 2004年 84分)
 ● 40席(30分前開場・先着順)
 ● 灘図書館 ☎854-5560 ●851-4041

■ 子育て

赤ちゃん講座(全4回)／無料(託児有)

子育てをもっと楽しくするために、グループで学ぶ講座です。
 ● 11月6日・13日・20日・27日(火)
 ※時間はいずれも10:00～12:00
 所 原田児童館(王子町2-3-1)
 ● 初回日に生後4～6カ月の子と保護者(4回とも参加できる方)
 ● 10人(申し込み多数の場合は抽選)
 ● 来館・電話・FAXで●へ。10月23日(火)締切
 ● 原田児童館(灘区拠点児童館) ☎801-5205

ベビーキャラバン／無料

地域でおともだちづくり&親子あそび&子育て相談
 ● ①11月2日(金)10:00～11:20(受付9:45～)
 ②11月7日(水)10:00～11:20(受付9:45～)
 ③11月14日(水)10:00～11:20(受付9:45～)
 所 ①HAT神戸・灘の浜6番館集会室(摩耶海岸通2-3-6)
 ②灘南部自治会館(都通3-2-3)
 ③岩屋青年会館(岩屋中町4-4-21)
 ● 生後3カ月～12カ月前後の乳幼児と保護者
 ● 各20組先着
 ● 電話かFAX(会場名、保護者名、お子様の名前(ふりがな)、性別、生年月日、住所、電話番号)で●へ(10月1日(月)から受付開始)
 ● 区社会福祉協議会
 ☎843-7001 ●413 ●843-7077

子育てふれあい教室／無料

落ち葉でアート～色んな落ち葉で絵を描こう
 ● 11月2日(金)10:30～12:00
 所 六甲道児童館4階
 ● 1～3歳の子どもと保護者
 ● 灘区あじさい講座事務局
 ☎841-1796 ●821-6913

なだっこのついで／無料

「みっくすじゅうす」による子ども向けミュージカル
 ● ①10月23日(火)②10月29日(月)③10月30日(火)④11月9日(金)
 ※時間はいずれも10:00～11:00
 所 ①倉石保育所(倉石通4-1-10)②やはた桜保育所(八幡町2-1-1)③石屋川保育所(大和町4-4-18)④やはた桜保育所鶴甲分室(鶴甲1-3-13)
 ● 灘区在住の未就園児とその保護者
 ● 各回10組程度(先着順)
 ● 電話で●へ(受付10月9日(火)9:00～)
 ● 地域子育て応援プラザ灘 ☎811-6201

児童館すこやかクラブ会員募集

親子のふれあいや交流を深める場として、児童館すこやかクラブの会員を募集します。
 ● 11月8日(木)～平成31年3月14日(木)
 ※週1回木曜日午前中(祝日、小学校の冬休みを除く)
 所 原田児童館(王子町2-3-1)
 ● 平成30年10月1日現在2～4歳児とその保護者
 ● 1クラス20組程度
 ● 親子1組(2人)年額1,500円
 ● 各児童館で配布する申込書に記入のうえ、10月5日(金)から11日(木)までの間に申し込んでください(定員等の詳細は児童館に直接問い合わせください)
 ● 原田児童館 ☎801-5205

商店街でハッピー・ハロウィン／申込不要・無料

仮装をしてクイズやゲームに挑戦しよう
 ● 10月20日(土)14:00～15:30
 13:30受付開始
 所 六甲本通商店街(森後町3-5-43)
 ● 小学生まで
 ● 200名(当日会場にて先着順)
 ● 八幡児童館 ☎821-0385

■ その他

A.C.シム氏お墓参り／無料

「シム記念・摩耶登山マラソン」の成功を祈念してシム氏のお墓参りを行います。
 ● 10月25日(木)14:00～15:00
 所 神戸市立外国人墓地(北区山田町下谷上字中一里山4-1)
 ● 現地までの交通手段を確保できる方
 ● 20名(応募者多数の場合は抽選)
 ● 10月11日(木)までに、氏名・住所・電話番号・年齢・性別をメールで●へ
 ● 657-8570(住所不要)摩耶登山マラソン実行委員会(事務局:区まちづくり課)
 ☎843-7001 ●224
 ✉ nadaku@office.city.kobe.lg.jp

市立自転車駐車場共通利用券販売開始

定期券購入者が1カ月200円(3カ月600円)の追加料金を支払うことで、区内の全市営駐輪場の一時利用ができる共通利用券を灘区内で試験的に9月下旬から販売します。
 ● 市総合コールセンター
 ☎333-3330 ●333-3314

灘区善意銀行への預託、ありがとうございました

・末日聖徒イエス・キリスト協会
 ● 区社会福祉協議会
 ☎843-7001 ●843-7077

■ 各種相談

市民法律相談(電話予約制)／無料

● 毎週金曜12:00～15:30
 (弁護士相談は13:00～)
 所 区役所4階会議室
 ● 開催週の月曜から実施日の14:00までに電話で●へ(先着順・定員あり)
 ● 市総合コールセンター
 ☎333-3330 ●333-3314

保健だより

子育てナビ

行事名	10月	11月	実施時間など
すくすく赤ちゃんセミナー(遊びの広場)おむね2歳未満対象	3日(水) (30年4月生まれ)	7日(水) (30年5月生まれ)	受付13:15～13:30 (13:30～15:45)
ふたばの会(多胎児教室)	5日(金)	2日(金)	10:00～11:30
すくすくキッズコーナー(遊びの広場)おむね2歳未満対象	4・18日(木)	1・15日(木)	10:00～11:30
ぐんぐんキッズ(遊びの広場)2歳～就園前対象	4・18日(木)	1・15日(木)	13:30～15:45
子育て相談 予約制(乳幼児の育児・栄養・歯科)	24日(水)	28日(水)	13:00～14:00
灘区医師会 子育て相談 予約制	—	1日(木)	14:00～15:00
兵庫県歯科衛生士会 子育て相談会	18日(木)	—	11:30～12:00
子育て中の保護者のカウンセリング 予約制	4・11・18・25日(木)	1・8・15・22・29日(木)	①13:30～②14:30～ (個別相談各1時間)

※妊婦・乳幼児対象行事は、神戸市に気象警報(大雨・洪水・暴風・大雪・暴風雪のいずれか)が、午前の事業は午前7時時点で、午後の事業は午前10時時点で発表があれば中止します
 ※会場は区役所5階です。予約制の行事は●へ
 ※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)、3歳(3歳3カ月頃)に実施。個別通知※転入された人や案内が届いていない人は、●へ
 ● 区こども家庭支援課 ☎843-7001 ●455 ●843-7021

健康相談・けんしん

行事名	10月	11月	実施時間など
健康相談 予約制	3日(水)・17日(水)	7日(水)	9:00～11:00
栄養相談 予約制	3日(水)	7日(水)・22日(木)	9:00～11:00
精神保健 相談員 予約制	随時		
福祉相談 医師 予約制	1日(月)9日(火)22日(月)	5日(月)13日(火)27日(火)	13:30～15:30

● 区あんしんすこやか係 ●465～467

後期高齢者健康診査・神戸市国民健康保険加入者特定健康診査(集団健診・予約制) 10月16日(火)～11月15日(木)

予約先:兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 ●871-8048
 検査内容:問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査(必要に応じて追加検査あり)
 対象:①生活習慣病の治療中でない後期高齢者医療制度加入の人
 ②40歳以上の神戸市国民健康保険加入者(受診に必要な受診券は、年4回に分けて誕生日に合わせて郵送します)
 ※神戸市国民健康保険加入者以外の方は各医療保険者にお問い合わせください
 ※39歳以下の方については区あんしんすこやか係にご相談ください
 方法:事前に予約し、健康保険証と受診券を持参
 料金:65歳以上 無料、40～64歳・一般世帯 300円、非課税世帯 無料
 ※生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者の方は、区生活支援課が受診券を交付します

受付日時	場所
10月16日(火)	灘区民ホール
10月24日(水)	
11月8日(木)	
	灘区役所5階

その他のけんしん・検査(上記の集団健診会場であわせて実施)

※集団健診受診者は予約時申し込み※単独受診は予約不要、当日申し込み可
 結核健診 胸部X線撮影／無料:満15歳以上で受診機会のない人に実施(予約不要)
 石綿(アスベスト)健康不安がある人はぜひご利用ください。
 肝炎ウイルス検査／無料:集団健診受診者のうち、40歳以上(平成31年3月末時点)で、過去に検査を受けたことがない人(肝炎ウイルス検査のみの単独受診の場合は予約不要)
 骨粗しょう症検診／●1,000円●満40歳以上の男性、満18歳以上の女性(予約不要)
 ● 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 ●262-1165

行政相談(申込不要)／無料

● 10月12日(金)・26日(金)10:00～12:00
 所 区役所2階 201会議室
 ● 市総合コールセンター
 ☎333-3330 ●333-3314

税理士による税務相談(電話予約制)／無料

● 10月11日(木)13:00～16:00
 所 区役所3階301会議室
 ● 前の週の木曜日から実施日11:00までに電話で●へ(先着順・定員6人)
 ● 市総合コールセンター
 ☎333-3330 ●333-3314

子育てに関する総合的な相談／無料

● 月～金曜(祝日は休)8:45～17:30
 所 区こども家庭支援室
 ☎843-7035 ●843-7021

心配ごと相談／無料

● 10月12日(金)・26日(金)13:30～16:00
 所 区役所2階 201会議室
 ● 区社会福祉協議会
 ☎843-7001 ●412

成年後見制度の利用手続相談室／無料

● 10月19日(金)13:30～15:30
 所 区役所2階201会議室
 ● 先着順(事前予約可、申込は●まで)
 ● 区社会福祉協議会
 ☎843-7001 ●414・412