



# すま子育てナビ

## 子育て支援情報

### ◆主任児童委員による「子育て相談室」申し込み不要・無料

**日時** 4月6日(木) 10:00~12:00  
**場所** 支所保健福祉課(名谷センタービル5階)  
**対象** 子育ての悩み、ストレスを抱える保護者  
**問** 区主任児童委員連絡会事務局 ☎731-4341(内303) FAX 735-8159

### ◆すまママのふれあいグループ 全6回 定員8人程度

カウンセラーや仲間たちと子育ての悩みを語りましょう。ひとりで悩まずに、気軽にご参加ください。

日時	内容
①4月13日(木)	「子育て」ってしんどい
②4月27日(木)	怒りのコントロール
③5月11日(木)	気持ちを聴く
④5月25日(木)	家族関係を考える(I)
⑤6月8日(木)	家族関係を考える(II)
⑥6月22日(木)	大切な私・大切な子ども
いずれも時間は 10:00~11:30頃(受付9:40~)	

**場所** 須磨区役所2階 健康教育室  
**対象** 子育てにストレスや悩みを感じている母親(原則6回とも参加できる方)  
 ※保育あり(申し込み時にご相談ください)  
**申込** 4月6日(木)までに直接窓口か電話で下記☎へ  
 参加希望者多数の場合は、お断りすることがあります。  
**問** 区子ども家庭支援課 ☎731-4341(内334) FAX735-8515

### ◆ピアカウンセリング 無料

**日時** 3月18日(土) 10:30~12:00  
**対象** 発達気になる子どもの保護者同士が話し合う  
**申込** 電話かFAXで☎へ。※託児あり300円  
**所・問** すま障害者地域生活支援センター ☎795-1453 FAX 795-1454



### ◆親子自然教室~春の花の観察 先着15組30名

**日時** 4月1日(土) 10:00~12:00  
**場所** 北須磨文化センター  
**料金** 300円(1組)  
**申込** 電話かFAXで☎へ。3月8日(水)から受け付け  
**問** 北須磨文化センター ☎791-0840 FAX792-0700



## 区役所・支所での行事

<3月1日~4月30日>

※午前の行事は7:00、午後の行事は10:00の時点で、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、行事は中止となります

### ◆須磨区役所(区役所2階)

**問** 区子ども家庭支援課 ☎731-4341(代) FAX 735-8515

行事名	実施日	受付時間
4カ月児健康診査 ※BCG同時実施	3/15、4/19(水)	個別に通知 指定された時間 にお越しください
1歳6カ月児健康診査	3/7、4/4(火)	
3歳児健康診査	3/16、4/20(木)	
乳幼児健康相談(予約制)	3/15、4/19(水)	13:00~13:15
すくすく赤ちゃんセミナー(予約制) 対象/生後5~7カ月の赤ちゃんと保護者	4/18(火)	13:00~13:20

### ◆北須磨支所(名谷駅ビル2階 保健福祉課事業室)

**問** 支所保健福祉課 ☎793-1414 FAX 795-1140

行事名	実施日	受付時間
4カ月児健康診査 ※BCG同時実施	3/10、4/14(金)	個別に通知 指定された時間 にお越しください
1歳6カ月児健康診査	3/21、4/18(火)	
3歳児健康診査	4/25(火)	
乳幼児健康相談(予約制)	3/10、4/14(金)	13:10~13:20
すくすく赤ちゃんセミナー(予約制) 対象/生後5~7カ月の赤ちゃんと保護者	3/8(水)	13:00~13:20
ふたごクラブ(予約制)	3/7(火)	10:00~11:30

## 保健だより

<3月1日~4月30日>

### 区役所・支所での行事

#### 須磨区役所(区役所2階)

**問** 区健康福祉課 ☎731-4341(代) FAX 735-8159

行事名	実施日	受付時間
血液検査(即日HIV(エイズ)・B型肝炎(原則無料))	4/26(水)	14:00~15:00
健康相談(予約制)	3/15・4/19(水)	15:00~16:30
精神保健相談(予約制)	相談員	13:30~15:00
	医師	事前に電話などでの予約が必要
	3/7・21(火)	14:00~15:30
	4/4・18(火)	

#### 北須磨支所(◇…名谷駅ビル2階、◎…名谷センタービル5階)

**問** 支所保健福祉課 ☎793-1313 FAX 795-1140

行事名	実施日	受付時間
◇健康相談(予約制)	3/6(月)・4/4(火)	9:30~11:30
	3/23(木)・4/21(金)	13:30~15:30
◎精神保健相談(予約制)	相談員	事前に電話などでの予約が必要
	医師	3/8(水) 13:30~15:00
	3/23(木)・4/27(木)	16:00~17:00

### 神戸市がん検診 予約制 ※一部無料対象者あり

検診名	対象	料金	予約先
胃がん検診	満40歳以上	600円	兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX 871-8048 (検診車で実施)
乳がん検診 (指定医療機関でも実施)	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	
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
肺がん検診	満40歳以上	1,000円	集団健診予約時に 同時申し込み
大腸がん検診	満40歳以上	500円	

**無料対象者** ①70歳以上②市民税が非課税または均等割のみ課税の世帯に属する人、生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者(②の人は健康保険証などを持参し、あんしんすこやか係で無料受診券の交付を受けてください)

**問** 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX 262-1165

※受付時間8:30~17:00(土・日曜、祝日を除く)

### 神戸市健康診査(集団健診) 予約制 ※一部無料対象者あり <3月16日~3月31日>

**予約先** 兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048

**対象** 平成29年3月末時点で30・35~39歳、後期高齢者医療制度加入者および40歳以上の生活保護受給者など ※40~74歳の方は加入している各医療保険者へ、神戸市国民健康保険加入者は神戸市けんしん案内センター(☎262-1163)へお問い合わせください

**内容** 身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査 ¥1,000円

健診日時	場所
3/28(火)	9:15~11:00 区役所2階(大黒町4-1-1)
3/30(木)	9:15~11:00 区民センター4階(中島町1-2-3)

**無料対象者** ①後期高齢者医療制度加入者②30・35歳③36歳以上で市民税が非課税または均等割のみ課税の世帯に属する人、生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者(③の人は健康保険証などを持参し、あんしんすこやか係で無料受診券の交付を受けてください)

#### ●会場であわせて実施

- 胸部X線健診(結核健診) ¥無料 **対象** 満15歳以上(単独受診可)
- ※デジタル撮影。上半身は金具やボタンの付いた服を脱ぎ、薄手の無地のシャツ1枚で撮影します
- ※「COPD(慢性閉塞性肺疾患)のリスクチェック」をかかえています
- ※石綿(アスベスト)健康不安のある人は、ぜひご利用ください
- ・前立腺がん検診(PSA検査) ¥ 集団健診とセット:1,000円、単独:1,500円
- ・骨粗しょう症検診 ¥ 1,000円
- ・肝炎ウイルス検査 ¥ 無料 **対象** 40歳以上(平成29年3月末時点)で検査を受けたことがない人

**問** 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX 262-1165

※受付時間8:30~17:00(土・日曜、祝日を除く)

## 各種無料相談

<b>市民法律相談&lt;定員20人・予約制&gt;</b> <b>日時</b> 毎週水曜(祝日休) 12:00~15:30 <b>場所</b> 区役所4階403会議室 <b>申込</b> 相談希望日の前週木曜~当日に☎へ (受付時間9:00~21:00、当日は14:00まで) <b>問</b> 市総合コールセンター ☎333-3330	<b>心配ごと相談&lt;申込不要・無料&gt;</b> <b>日時</b> 毎月第1・3火曜(祝日休) 13:00~14:30 <b>場所・問</b> 区役所3階 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内312) FAX 733-2533
<b>行政相談&lt;申し込み不要&gt;</b> <b>日時</b> 毎月第3月曜(祝日休) 13:00~15:00 <b>場所</b> 区役所1階102会議室と支所市民課 <b>問</b> 区まちづくり課 ☎731-4341(内212)	<b>子育て支援の相談</b> <b>問</b> 区子ども家庭支援室 ☎731-8080 支所子ども家庭支援室 ☎793-8080
	<b>休日急病電話相談</b> <b>日時</b> 日曜・祝日9:00~16:40 <b>問</b> 休日急病電話相談センター ☎362-1599