

すま子育てナビ



子育て支援情報

◆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 9月28日(木)、10月12日・26日(木)、11月9日・30日(木)、12月14日(木) 10:00~11:30頃 (受付9:40~) 所 須磨区役所2階 健康教育室
- 対 子育てにストレスや悩みを感じている母親(原則6回とも参加できる人) ※保育あり(申し込み時にご相談ください)
- 申 9月21日(木)までに直接窓口か電話で☎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) FAX 735-8515



◆主任児童委員による「子育て相談室」 **申し込み不要・無料**

- 日 9月7日(木) 10:00~12:00 所 支所保健福祉課(名谷センタービル5階)
- 対 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

◆地域子育て応援プラザ須磨より

A. ほっとタイム(寝返り・ハイハイ期) **無料・申し込み必要・10組(抽選)**

- 日 ①9月1日(金) ②9月19日(火) どちらも10:00~11:30
- 所 ①北須磨支所(名谷駅ビル2階 保健福祉課事業室) ②須磨保育所
- 対 5カ月~10カ月頃(寝返り・ハイハイ期)のお子さまと保護者
- 内 ふれあい遊び・子育て講座 申 8月7日(月)~23日(水)で受付

B. 離乳食セミナー **無料・申し込み必要・10組(抽選)**

- 日 9月7日(木) 10:00~11:30 所 須磨保育所
- 対 妊娠中の方、生後8カ月ぐらいまでの赤ちゃんと保護者の方
- 内 離乳食講座と試食、保育所での食事見学 申 8月9日(水)~23日(水)で受付
- 問 地域子育て応援プラザ須磨 ☎731-5033

◆インファントマッサージ教室 **各8組・全4回**

開催日	場所	電話	締切
9/12・19・26、10/3(火)	妙法寺児童館	743-4409	9/5(火)
9/20・27、10/4・11(水)	大黒児童館	733-3451	9/13(水)

時間はいずれも10:15~11:30

- 対 7カ月くらいまでの赤ちゃんと保護者 ¥1,000円 申 各児童館へ ※申込多数の場合抽選
- 問 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内線313) FAX 733-2533

◆子育てふれあい教室 **先着25組・無料**

- 日 9月12日(火) 10:30~12:00 所 北須磨文化センター3階 和室2・3
- 対 乳幼児と保護者
- 申 8月22日(火)から受付 問 区あじさい講座事務局 ☎735-7377 FAX 735-1833

◆須磨区地域子育て支援センターより

A. 親子ふれあい遊び **抽選15組・全4回**

- 日 9月4日(月)・8日(金)・11日(月)・14日(木) 9:30~11:30 所 たかとり保育所
- 対 1歳児親子(H29.4.2時点で1歳) ¥1,000円(給食体験1回分を含む)
- 申 はがきに①住所・電話番号②親子の氏名(ふりがな)③子どもの生年月日・性別を記入し ☎へ。8月21日(月)消印有効

B. パパっこクラブ **無料**

- お父さんと一緒に遊んだり、お父さん同士が交流できる場を提供しています。
- 日 8月26日(土) 10:20~11:30 所 須磨区地域子育て支援センター
- 対 1才~未就園児親子 内 親子で泥んこ遊びを楽しむ
- 申 電話で☎へ。8月25日(金)まで受付
- 問 区地域子育て支援センター(〒654-0142 友が丘3-107)☎792-7879 FAX 794-6707

区役所・支所での行事

<8月1日~9月30日>

◆乳幼児健診 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カ月頃案内)の成長・発達の節目の時期に行っています(無料)。対象となる方へは、個別に健診受診のご案内を送付します。なお、出生の状況によりご案内の時期が前後する場合があります。転入された方・ご案内が届いていない場合は、本区内にお住まいの方は須磨区役所へ、北須磨支所管内にお住まいの方は北須磨支所へお問い合わせください。

◆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

	実施日	受付時間
乳幼児健康相談(予約制)	8/23・9/20(水)	13:00~13:15
すくすく赤ちゃんセミナー(予約制)	8/8(火)	13:00~13:20
対象/生後5~7カ月の赤ちゃんと保護者		

◆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

	実施日	受付時間
乳幼児健康相談(予約制)	8/4・9/1・9/15(金)	13:10~13:20
すくすく赤ちゃんセミナー(予約制)	9/20(水)	13:00~13:20
対象/生後5~7カ月の赤ちゃんと保護者		
ふたごクラブ(予約制)	9/5(火)	10:00~11:30

※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、中止となります

保健だより

<8月1日~9月30日>

区役所・支所での行事

須磨区役所(区役所2階)

問 区あんしんすこやか係 ☎731-4341(代) FAX 735-8159

	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))	8/30(水)	14:00~15:00
検査結果説明		15:00~16:30
健康相談(予約制)	8/16・9/20(水)	13:30~15:00
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 8/8・22・9/12・26(火)	15:00~16:30

北須磨支所(◇…名谷駅ビル2階、◎…名谷センタービル5階)

問 支所あんしんすこやか係 ☎793-1313 FAX 795-1140

	実施日	受付時間
◇健康相談(予約制)	8/8(火)・9/6(水) 8/25・9/22(金)	9:30~11:30 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 9/13(水) 8/24・9/28(木)	13:30~15:00 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 <8月16日~9月15日>

予約先 ★の会場…JA兵庫厚生連 ☎333-8860 FAX333-8742

その他…兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048

対象 平成30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歳の人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
8/21(月)・9/3(日)・9/8(金)・9/14(木)	10:00~11:30 ★パティオホール(中落合2-2-1)
8/22(火)	9:15~11:00 区役所2階(大黒町4-1-1)
9/6(水)	9:15~11:00 高倉会館(高倉台4-2)

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」を兼ねています
- ※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30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

市民法律相談<定員20人・予約制>

日時 毎週水曜(祝日休) 12:00~15:30
 場所 区役所4階403会議室
 申込 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)
 問 市総合コールセンター ☎333-3330

心配ごと相談<申込不要>

日時 毎月第1・3火曜(祝日休) 13:00~14:30
 場所・問 区役所3階 区社会福祉協議会
 ☎731-4341(内312) FAX 733-2533

子育て支援の相談

問 区子ども家庭支援室 ☎731-8080
 支所子ども家庭支援室 ☎793-8080

行政相談<申込不要>

日時 毎月第3月曜(祝日休) 13:00~15:00
 場所 区役所1階102会議室と支所市民課
 問 区まちづくり課 ☎731-4341(内212)

休日急病電話相談

日時 日曜・祝日9:00~16:40
 問 休日急病電話相談センター ☎362-1599