

すますく ~子育て情報をお届けします

保健だより 〈3月1日~4月30日〉

子育てイベント情報

妊 娠 期

マタニティーママの日
 妊娠中のママが集まって、交流をしたり簡単なベビー玩具など作ったりします。
 ① 3月11日(月)10:00~12:00
 ② 須磨区地域子育て支援センター
 ③ 妊娠中の人
 ※お子さま(未就園)やパパ、家族の同伴可
 ④ 電話で①へ。3月9日(土)まで受付
 ⑤ 須磨区地域子育て支援センター
 ☎792-7879 FAX 794-6707
 友が丘3-107

乳 幼 児 期

地域子育て応援プラザ須磨より
A.春のひまわりひろば [無料・申込不要]
 ① ①3月19日(火)・25日(月)
 4月11・25日(木)
 ② 3月13日(水)・18日(月)
 4月8・22日(月)
 ①②ともに10:00~11:30
 ③ ①区役所2階 健康教育室
 ②北須磨支所事業室(名谷駅2階)
 ④ 0~3歳頃の子と保護者
 ⑤ 親子の遊び場(ふれあい遊び等のミニプログラムあり)
B.青空ひろば [無料・申込不要]
 ① ①3月4日、4月15日(月)
 ②3月6日、4月17日(水)
 ①②ともに10:45~11:30
 ③ ①須磨寺公園
 ②妙法寺川左岸公園
 ④ 0歳~3歳頃の子と保護者
 ⑤ 戸外での親子遊び、育児相談など
 ⑥ 地域子育て応援プラザ須磨
 ☎731-5033

その他(相談・支援など)

主任児童委員による「子育て相談室」
[無料・申込不要]
 ① 4月4日(木)10:00~12:00
 ② 区役所2階 健康福祉課
 ③ 子育ての悩み、ストレスを抱える保護者
 ④ 区主任児童委員連絡会事務局
 ☎731-4341(内303) FAX 735-8159


ピアカウンセリング [無料]

① 3月9日(土)10:30~12:00
 ② 発達の気になる子どもの保護者同士が話し合う
 ③ 電話かFAXで①へ※託児あり(300円)
 ④ すま障害者地域生活支援センター
 ☎795-1453 FAX 795-1454



すますく ♡ **について** ♡

須磨区の子育て情報をお届けしています。子育てで気になることは、「すますく」にアクセス!



すますく 検索

区役所・支所での行事 〈3月1日~4月30日〉

乳幼児健診(無料)
 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。
 対象となる人へは、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。
 転入された人やご案内が届いていない場合は、須磨区本区管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)	3/27、4/17(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カ月と保護者	4/16(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

	実施日	受付時間
乳幼児健康相談(予約制)	3/1・22、4/12(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カ月と保護者	3/20(水)	13:00~13:20
ふたごクラブ(予約制)	3/12(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

スマホでご近所掲示板「マチマチ」

ご近所さんと町の子育て情報やおススメのお店などを情報交換できる、ご近所限定のコミュニティです。ぜひご登録ください。詳しくは マチマチ 検索



登録はこちらから

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
健康相談・栄養相談(予約制)	3/20、4/17(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	3/13、4/10(水) 15:30~17:00 3/26、4/23(火) 14:00~15:30

北須磨支所(◎名谷センタービル5階、その他◎名谷駅ビル2階)
問 支所あんしんすこやか係 ☎793-1335 FAX 795-1140

	実施日	受付時間
健康相談・栄養相談(予約制)	3/5、4/9(火)	9:30~11:30
	4/26(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	3/13(水) 13:30~15:00 3/28、4/25(木) 16:00~17:00

後期高齢者健康診査・神戸市国民健康保険加入者の健康診査(集団健診・予約制) 〈3月16日~3月31日〉

※土・日曜、祝日は申し込みできません
予約先 兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX 871-8048
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者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誕生月に合わせて郵送します)
 ※30年度の30歳検診は2月末で終了しました
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)
受診方法 事前に予約のうえ、健康保険証と受診券などを持参してください
¥ 65歳以上:無料、40~64歳:一般世帯 300円、非課税世帯 無料
 ※神戸市国民健康保険加入者以外の人は各医療保険者にお問い合わせください
 ※39歳以下の人については、区・支所あんしんすこやか係にご相談ください
 ※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は、区生活支援課が受診券を交付します

健診日時	場 所
3/25(月)	9:15~11:00 区民センター4階(中島町1-2-3)
3/26(火)	9:15~11:00 区役所2階(大黒町4-1-1)

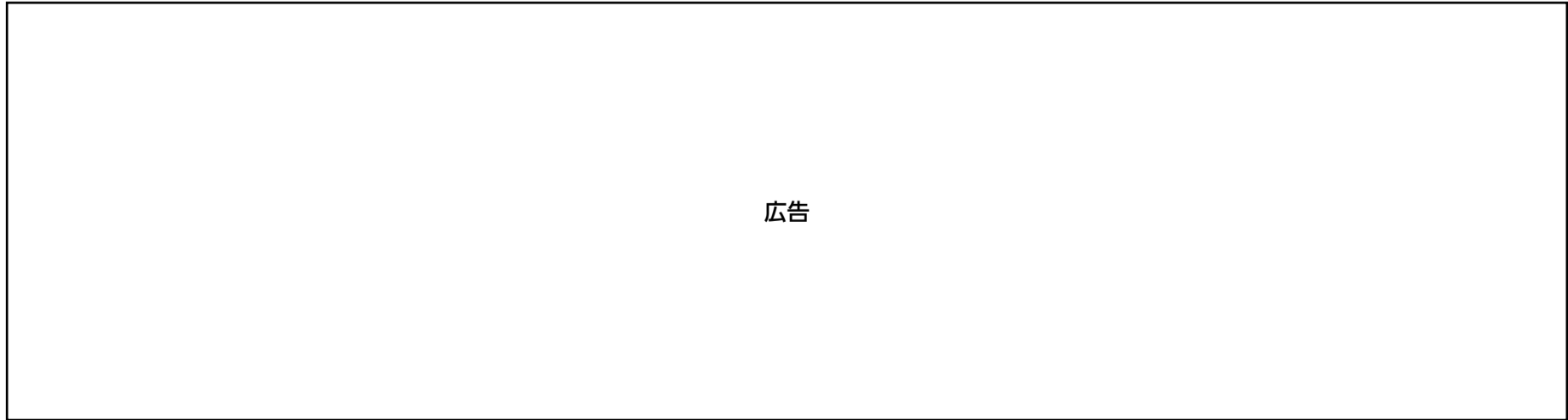
● **健診会場であわせて実施**

- 胸部X線(結核)健診 ¥ 無料 [対象] 満15歳以上(単独受診可)
 ※上半身は金具やボタンの付いた服は脱いでいただき、薄手の無地のシャツ1枚で撮影します
 ※石綿(アスベスト)による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31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
 ※電話受付時間8:30~17:00(土・日曜、祝日を除く)

各種無料相談

<p>市民法律相談 [定員20人・予約制] ① 毎週火曜(祝日休)12:00~15:30 ② 区役所4階403会議室 ③ 相談希望日の前週水曜~当日①へ(受付時間9:00~21:00、当日14:00まで) ④ 市総合コールセンター ☎333-3330</p> <p>行政相談 [申込不要] ① 毎月第3月曜(祝日休)13:00~15:00 ② 区役所1階102会議室と北須磨支所 ③ 区まちづくり課 ☎731-4341(内212)</p> <p>心配ごと相談 [申込不要] ① 毎月第1・3火曜(祝日休)13:00~14:30 ② ③ 区役所3階 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内312) FAX733-2533</p>	<p>子育て支援の相談 ④ 区子ども家庭支援室 ☎731-8080 支所子ども家庭支援室 ☎793-8080</p> <p>税務相談(税理士) [定員6人・予約制] ① 毎月第3水曜(祝日休)13:30~16:30 ② 区役所4階403会議室 ③ 受付時間9:00~21:00、当日は11:00まで ④ 市総合コールセンター ☎333-3330</p> <p>成年後見制度の利用手続き相談室 ① 毎月第2火曜(祝日休)13:30~15:30 ② ③ 区役所3階 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内313) FAX733-2533</p>
--	--



広告