



スマすく ~子育て情報をお届けします

子育てイベント情報

妊娠期・乳児期

マタニティママの日 **無料**
 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 12月17日(月)10:00~12:00
 ② 妊娠中のママ ※お子さま(未就園)やパパ、家族も同伴可
 ③ 電話で☎へ。12月15日(土)まで受付
 ④ 須磨区地域子育て支援センター ☎792-7879 FAX 794-6707

インファントマッサージ教室

開催日	場所	電話	締切
1/16・23・30、2/6(水)	神の谷児童館	794-0520	1/9(水)
1/22・29、2/5・12(火)	板宿児童館	731-2230	1/15(火)

時間はいずれも10:15~11:30

⑤ 7カ月くらいまでの赤ちゃんとお母さんと保護者
 ⑥ ¥1,000円(教材費他)
 ⑦ 各児童館へ ※申込多数の場合抽選
 ⑧ 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内314) FAX 733-2533

幼児期

ほっとタイム **無料・要申込・10組**
 ① 1月31日(木)10:00~11:30
 ② 区役所2階 健康教育室
 ③ 1歳6カ月~2歳の子と保護者
 ④ 子育てミニ講座・ふれあいあそび等
 ⑤ 電話で☎へ。12月10日(月)~14日(金)まで受付 ※申込多数の場合抽選
 ⑥ 地域子育て支援プラザ須磨 ☎731-5033

おもつき大会

① 12月15日(土)10:00~12:00
 ② 未就園児の親子(パパの参加大募集)
 ③ 親子でお餅つきをして出来たてのお餅を食べます※おわん、お箸持参
 ④ 電話で☎へ。12月14日(金)まで受付
 ⑤ 須磨区地域子育て支援センター ☎792-7879 FAX 794-6707

子育てふれあい教室

無料・先着25組
 ① 1月22日(火)10:30~12:00
 ② 北須磨文化センター3階 和室2・3
 ③ 幼児(1~3歳まで)と保護者
 ④ 電話で☎へ。12月20日(木)~1月22日(火)まで受付
 ⑤ 須磨区あじさい講座事務局 ☎735-7377 FAX 735-1833

その他(相談・支援など)

ピアカウンセリング

無料
 ① 12月8日(土)10:30~12:00
 ② 発達気になる子どもの保護者同士が話し合う
 ③ 電話かFAXで☎へ ※託児あり(300円)
 ④ 須磨区障害者地域生活支援センター ☎795-1453 FAX 795-1454

クリスマス会

親子15組
 ① 12月15日(土)13:00~15:00
 ② ¥500円
 ③ 直接来館か電話・FAXで☎へ
 ④ 北須磨文化センター ☎791-0840 FAX 792-0700 中落合3-1-2

小学校オープンスクールのお知らせ

申込不要
 ① 1月22日(火)9:30~11:30
 ② 平成31年4月入学予定児童と保護者
 ③ 就学先の市立小学校
 ④ 市イベント案内・申込センター ☎333-3372 FAX 333-3314

スマすくについて

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、「スマすく」にアクセス!

スマすく 検索

区役所・支所での行事

(12月1日~1月31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)

☎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)	12/19、1/16(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	12/18(火)	13:00~13:20

北須磨支所(名谷ビル2階)保健福祉課 事業室

☎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)	12/14、1/11(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	1/16(水)	13:00~13:20
ふたごクラブ(予約制)	1/8(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

〈12月1日~1月31日〉

区役所・支所での行事

須磨区役所(区役所2階)

☎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)	12/19、1/16(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	12/12、1/9(水) 15:30~17:00 12/25、1/22(火) 14:00~15:30

北須磨支所(◎…名谷センタービル5階、その他…名谷ビル2階)

☎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)	12/4、1/8(火) 1/25(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	12/12、1/30(水) 13:30~15:00 1/24(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特定健康診査(集団健診・予約制)

※一部無料対象者あり(12月16日~1月15日)

※土・日曜、祝日、12月29日(土)~1月4日(金)は申し込みできません

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

その他…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、年4回に分けて誕生日に合せて郵送します)

※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

☎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

※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
12/19(水)	9:15~11:00 区民センター4階(中島町1-2-3)
12/20(木)	9:15~11:00 区役所2階(大黒町4-1-1)
12/20(木)、24(月・休)、1/11(金)	10:00~11:30 ★パティオホール(中落合2-2-1)

●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
 石綿ばく露の健康管理に係る試行調査については、須磨パティオホールを除く

・前立腺がん検査(PSA検査) **無料** 集団健診とセット:1,000円、単独:1,500円

・骨粗しょう症検査 **無料** 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、12月29日(土)~1月4日(金)を除く)

各種無料相談

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☎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

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)

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 区役所3階 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内312) FAX733-2533

子育て支援の相談

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

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

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 区役所3階 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内313) FAX733-2533