

## ■スポーツ・健康

### 第129回灘区ママさん卓球大会

- ①1月28日(木)9:30～
- ②王子スポーツセンター主競技場
- ③区内の同じ小学校区で構成された3～7名のチーム
- ※チーム内で1名のみ他小学校区の者でも可
- ④1チーム3,000円
- ※参加費は当日領収(おつりの無いようお願いいたします)
- ⑤所定の申込書を郵送・FAX・持参のいずれかで下記へ。1月14日(木)必着
- 〒657-8570(住所不要)
- 灘区体育協会(区まちづくり課内)
- ☎843-7034
- ⑥市事業・イベント案内センター
- ☎333-3372☎333-3314

### 第186回灘区卓球リーグ大会

- ①2月14日(日)9:00～
- ②王子スポーツセンター主競技場
- ③団体戦55戦(4～6人):1チーム3,000円(小・中学生は2,000円)
- ④所定の申込書を郵送・FAX・持参のいずれかで下記へ。1月14日(木)必着
- 〒657-8570(住所不要)
- 灘区体育協会(区まちづくり課内) ☎843-7034
- ⑤市事業・イベント案内センター
- ☎333-3372☎333-3314

## ■子育て

### おやこふらっとひろば灘／無料

- ＜ひろば利用＞
- ①区役所開庁日
- ②9:30～ ③11:00～ ④12:30～
- ⑤14:00～ ⑥15:30～(各60分)
- ⑦0～2歳児とその保護者
- ⑧各6組
- ⑨初回利用時は、利用希望日の前日までに電話かFAXで⑩へ。2回目以降は、当日予約のみ可
- ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予約優先としています

### ＜1月のイベント＞

- ①15日(金)ハーフバースデー(R2.7月生まれ)
- 22日(金)バースデー(R2.1月生まれ)
- 25日(月)親子で楽しくこま遊び(1歳未満)
- 26日(火)親子で楽しくこま遊び(1～2歳)
- ②10:00～ ③12:30～ ④15:00～(各90分)
- ⑤各6組(先着順)
- ⑥ホームページから申込
- 申込は、こちら→→→
- 1月12日(火)10:00申込開始
- ⑦おやこふらっとひろば灘
- ☎843-7044(9:00～17:00/土日祝、年末年始を除く)

### 親子の学び教室／無料

- ①「二」親子で節分鬼たいじ
- ②1月29日(金)10:30～12:00
- ③灘区文化センター5階音楽室
- ④幼児(概ね1～3歳まで)とその保護者
- ⑤直接来館・電話・FAXで⑥へ(要予約)
- ⑦灘区あじさい講座事務室
- ☎841-1796☎821-6913

### すくすくキッズコーナー／無料

- 自由遊び・親子ふれあい遊び
- ①2月4日(木)、18日(木)10:30～11:30
- ②区役所5階健康教育室
- ③2歳未満の未就園児とその保護者
- ④各12組程度(申込多数の場合は抽選)
- ⑤電話で⑥へ
- ⑦受付期間1月18日(月)～21日(木)
- ⑧地域子育て応援プラザ灘
- ☎811-6201

### ぐんぐんキッズ／無料

- 自由遊び・ミニプログラム(手遊び・体操など)
- ①2月4日(木)、18日(木)14:00～15:00
- ②区役所5階健康教育室
- ③概ね2歳以上の未就園児とその保護者
- ④各9組程度(申込多数の場合は抽選)
- ⑤電話で⑥へ
- ⑦受付期間1月18日(月)～21日(木)
- ⑧地域子育て応援プラザ灘
- ☎811-6201

### おおぞら保育／無料

- お外遊びの好きなお友達、一緒に遊びましょう。(雨天中止)
- ①1月15日(金)13:30～14:45
- ②1月25日(月)10:00～11:00
- ③①西灘保育所園庭(保育所DEおおぞら)
- ④西灘公園
- ⑤未就園児とその保護者
- ⑥地域子育て応援プラザ灘
- ☎811-6201

## ■図書館だより

### おはなし会／無料

- ①1月9日(土)14:00～15:00
- 1月16日(土)14:00～14:30
- 2月7日(日)14:00～14:30
- ②各15席(先着順)

### おひざのうえのおはなし会／無料

- ①1月28日(木)10:30～11:00
- ②0～2歳児とその保護者
- ③6組(先着順)

### 一般向け映画会／無料

- ①1月10日(日)11:00～、14:00～
- 「猫侍」(日本・2013年・100分)
- ②1月24日(日)11:00～、14:00～
- 「俳優亀岡拓次」(日本・2016年・123分)
- ③各15席(先着順)

### 子供向け映画会／無料

- ①1月23日(土)14:00～
- 「おしりたんてい①プツとかいけつ!おしりたんていとうじょう」(日本・2018年・60分)
- ②15席(先着順)
- ③灘図書館
- ☎854-5560☎851-4041

## ■その他

### 灘区善意銀行への預託ありがとうございます

- 鶴甲、八幡、南八幡、原田、徳井、高羽各民生委員・児童委員協議会
- 萩原珈琲株式会社
- ヒューマンライフケア灘の湯
- ブルーパレイ
- ※順不同・敬称略
- ④区社会福祉協議会
- ☎843-7001☎411☎843-7077

## ■各種相談

### 市民法律相談／無料

- ①毎週金曜日12:00～15:30(弁護士相談は13:00～)
- ②区役所会議室
- ③開催週の月曜から実施日の14:00までに電話で④へ(先着順・定員あり)
- ④市総合コールセンター
- ☎333-3330☎333-3314
- インターネットでのお申込はこちら→→→

### 子育てに関する総合的な相談／無料

- ①月～金(祝日を除く)8:45～17:15
- ②区子ども家庭支援課
- ☎843-7035☎843-7021

### 税理士による税務相談(電話予約制)／無料

- ①1月14日(木)13:00～16:00
- ②区役所3階301会議室
- ③前の週の木曜から実施日11:00までに電話で④へ(先着順・定員6人)
- ④市総合コールセンター
- ☎333-3330☎333-3314

### 行政相談／申込不要・無料

- ①1月8日(金)10:00～12:00
- ②区役所3階302会議室
- ③兵庫行政評価事務所
- ☎333-9096☎333-7919

### 成年後見制度の利用手続き相談室／無料

- ①1月15日(金)13:30～15:30(受付は15:00まで)
- ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、電話相談などに変更する場合があります
- ②区役所3階304会議室
- ③先着順(事前申込可)
- ④FAXでの申込は、希望時間、返信可能なFAX番号を必ず記載してください。
- ⑤区社会福祉協議会
- ☎843-7001☎412☎843-7077

## 保健だより

### 子育てナビ

行事名	実施日		実施時間など
	1月	2月	
すくすく赤ちゃんセミナー(個別相談会) 予約制⑩へ(歯科・栄養相談)	6日(水)	—	13:15～16:15 時間は個別に案内(1枠約25分)
子育て相談 予約制⑩へ(乳幼児の育児・栄養・歯科)	27日(水)	24日(水)	13:00～14:00
灘区医師会 子育て相談 予約制⑩へ	中止	—	—
灘区歯科医師会 子育て相談会	—	中止	—

- ※妊婦・乳幼児対象行事は、市に気象警報(大雨・洪水・暴風・大雪・暴風雪のいずれか)が、午前の行事は7:00時点で、午後の行事は10:00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、⑩へ
- ※個別相談会は面接または電話で対応。9カ月児までを対象
- ※乳幼児健診は、4カ月、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。個別に通知。新型コロナウイルス感染症の影響でご案内が数カ月遅れています。転入された人や案内が届いていない人は、⑩へ
- ※BCG接種は定期予防接種医療機関で受けられるようになりました
- ④区子ども保健係☎843-7001☎455☎843-7021

### 健康相談・けんしん

行事名	実施日		実施時間など
	1月	2月	
①健康相談 予約制	6日(水)	3日(水)	9:00～11:00
②栄養相談 予約制	6日(水)	3日(水)	9:00～11:00
③精神保健 相談員 予約制	随時		
福祉相談 医師 予約制	12日(火)・18日(月)・26日(火)	1日(月)・9日(火)・15日(月)	13:30～15:30

- ①②④区子ども保健係☎843-7001☎455☎843-7021
- ③④区あんしんすこやか係☎843-7001☎465～467☎843-7018

### 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)

- ①1月16日(土)～2月15日(月)
- ②予約先:兵庫県予防医学協会 予約受付センター ☎871-7758☎871-8048
- ③検査内容:問診、身体計測、血圧測定、尿・血液検査(必要に応じて追加検査あり)
- ④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
- ②30歳および40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、4～5月に郵送しています)
- ※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。
- ⑤方法:事前に予約し、健康保険証と受診券などを持参
- ⑥料金:30歳・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
1月21日(木) 9:15～11:00	灘区民ホール
1月30日(土) 9:15～11:00	兵庫県予防医学協会 健診センター
2月1日(月) 9:15～11:00	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込 ※単独受診は予約不要、当日申込可
- ⑦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)
- ⑧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。
- ⑨肝炎ウイルス検査／無料:集団健診受診者のうち、40歳以上(令和3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)
- ⑩骨粗しょう症検査／⑪1,000円⑫満40歳以上の男性、満18歳以上の女性(予約不要)
- ⑬風しん抗体検査(風疹クーポン券をお持ちの人 無料 本人確認書類必要)
- ⑭市けんしん案内センター ☎262-1163☎262-1165

### 心配ごと相談所／無料

- 相談員:民生委員
- ①1月8日(金)13:30～15:00
- ②区役所3階304会議室
- ③区社会福祉協議会
- ☎843-7001☎411☎843-7077

### ひきこもり相談会／無料

- ①1月28日(木)・2月25日(木)13:30～16:00
- ②灘区役所(会場は申込時にお知らせします)
- ③前日までに電話かメール(祝日、年末年始を除く月～金9:00～17:00)で④へ
- ④神戸ひきこもり支援室
- ☎#8900(ハヤクオーエン)または361-3521
- ☎hikikomori\_shien@office.city.kobe.lg.jp

### 「バブルサッカー大会」中止のお知らせ

1月24日(日)に予定していた「バブルサッカー大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となりました。  
④区まちづくり課  
☎843-7001☎234・235

### 新型コロナウイルスの影響による中止・延期のイベントはこちら。

灘区 イベント中止 検索

※今後本紙掲載イベントも、中止・延期する可能性があります。