

学校プール開放と市民図書館 (無料) (申込不要)

皆さんの身近にある学校施設を開放しています。

学校名	学校プール開放	市民図書館	学校名	学校プール開放	市民図書館
東町小	○		高和小	○	
小寺小	○	(火、水、木、土)	高津橋小	○	
長坂小	○		玉津第一小	○	
有瀬小	○	(火、木、土)	枝吉小	○	
太山寺小	○		出合小	○	
井吹東小	○		美賀多台小	○	(火、木、土)
井吹西小	○		春日台小	○	
井吹西小	○		平野小	○	(火、木、日)
梶台小	○		神出小	-	(木、金、土)
狩場台小	○	(火、木、土、日)	岩岡小	○	(火、水、土)
竹の台小	○				
榎野台小	○	(火、土、日)			
木津小	-	(水、土、日)			
桜が丘小	○	(火、土、日)			
押部谷小	○				
月が丘小	○	(木、土、日)			
北山小	○	(火、木、第3土、日)			

※実施期間は各小学校によって異なります
 ※天候や学校行事などにより予定を変更することがあります
 ※市民図書館は祝休日により休室になることがあります ※詳しくは 園へ
園教育委員会事務局生涯学習課
 ☎322-5814 FAX322-6144

西体育館秋季スポーツ教室募集 (9~12月)

■バドミントン教室

番号	教室名	曜日	時間	回数
1	バドミントン①	①	9:00~10:50	15回
2	バドミントン②	②	19:00~20:50	15回
3	バドミントン③A	③	9:00~10:50	15回
4	バドミントン③B	④	11:00~12:50	15回

■卓球教室

番号	教室名	曜日	時間	回数
5	実力アップ卓球	⑤	19:00~20:50	10回
6	卓球①A	⑥	9:00~10:50	15回
7	卓球①B	⑦	11:00~12:50	15回
8	卓球②	⑧	19:00~20:50	15回
9	のびのび卓球	⑨	13:10~14:40	15回

■健康教室

番号	教室名	曜日	時間	回数
10	シェイプアップ	⑩	13:15~14:45	10回
11	エアロビクス	⑪	9:45~11:15	15回
12	ほっこりヨガ	⑫	11:45~12:45	12回
13	ハワイアンフラダンス	⑬	13:30~14:30	15回
14	いきいき健康ボディ	⑭	9:30~10:45	15回
15	健康トレーニング①	⑮	13:15~14:45	15回
16	美姿勢	⑯	10:30~11:30	15回
17	ヨガ	⑰	13:15~14:45	15回
18	ゆったり健康体操	⑱	9:00~10:00	15回
19	健康トレーニング②	⑲	13:15~14:45	15回
20	男性のための転倒予防教室	⑳	11:15~12:45	8回

■子供・親子教室

番号	教室名	曜日	時間	回数
21	リトミック	㉑	10:00~11:00	8回
22	わくわく子供体操	㉒	15:30~16:30	10回
23	にこにこ親子体操	㉓	9:30~10:30	10回
24	体育が好きな教室	㉔	17:10~18:30	10回
25	キッズブレイクダンス	㉕	17:10~18:45	15回

■文化教室

番号	教室名	曜日	時間	回数
26	囲碁初級・中級	㉖	10:00~11:50	12回

対・♀ など詳しくはホームページへ

神戸 西体育館 検索

直接窓口、またはFAXかはがきで
 ※7月12日(水)必着

西体育館(〒651-2276 春日台5-436)
 ☎961-1381 FAX961-1382

にし子育てナビ

区役所では乳幼児健診や相談窓口を実施しています。

公園で一緒に遊びましょう (無料) (申込不要)

●青空保育
 日時 7月13日(木)・28日(金) 10:30~11:30
 場所 西神中央公園 東側芝生広場
 持ち物 帽子、タオル、お茶など
 園 西区子育て夢センターあゆみ(あゆみ幼稚園内)
 ☎996-1500 FAX992-6000

●あおぞらプラザ

日程	場所
7月6日(木)	思い出広場(井吹台北町2)
7月19日(水)	赤羽平池公園(潤和)
7月20日(木)	しらみず中公園(白水1)
7月26日(水)	池上中央公園(池上2)
7月28日(金)	東細谷公園(有瀬・一本松)

時間 いずれも10:45~11:30
 持ち物 めれでもよい服、帽子、タオル、お茶、水遊びのおもちゃ(ペットボトルなど)
 園 地域子育て応援プラザ西(区役所3階)
 ☎・FAX929-1310

サマーひろば (無料) (申込不要)
 親子で自由に遊びましょう
 日時 8月4日(金)・8日(火)・18日(金)・25日(金) 10:00~12:00
 場所 玉津南公民館 体育室
 対象 未就園児と保護者
 持ち物 飲み物など
 園 地域子育て応援プラザ西(西区役所3階)
 ☎・FAX929-1310

●子育てふれあい教室 (無料) (申込不要)
 内容 知って得する!子ども・子育て支援制度、美しい町西区の魅力
 日時 7月20日(木) 10:00~
 場所 西区民センター3階和室
 園 西区あじさい講座事務局(日・月曜休み)
 ☎991-8325 FAX991-8001

子育て相談 (無料)
 日時 月~金曜(祝日除く)8:45~17:30
 場所 区役所3階
 園 区子ども家庭支援室 ☎929-4150

乳幼児健診・子育て教室

内容	7月	8月	時間	場所
すくすく赤ちゃんセミナー(5~6カ月児・予約制)	14金	4金	14:00~16:00	区役所3階
多胎児教室		18金	10:00~11:30	

乳幼児健診は4カ月(BCG接種同日実施)、9カ月、1歳6カ月(1歳7カ月頃)、3歳(3歳3カ月頃)に個別通知のうえ実施
 年間日程など詳しくは 園がホームページへ。
 ※神戸市に大雨・洪水・暴風などの気象警報発表時[午前の事業は7時時点、午後の事業は10時時点]は中止
 ※市外から転入した方へ 予防接種が済んでいない13歳未満の子どもの予防接種や、妊婦健康診査補助券の交付を受けていない妊婦の補助券の交付は 園へ
 園 区子ども家庭支援課 ☎929-0001 FAX929-0056 西区 乳幼児健診 検索

7・8月の保健だより



1神戸市健康診査 7月16日~8月15日実施分 **集団健診・予約制**
予約先 (公財)兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048
 ※の予約はJA兵庫厚生連 ☎333-8860 FAX333-8742

7月	日時		会場
	日	時	
7月	18日(火)	9:30~11:30	※JA櫛谷支店(櫛谷町長谷68-1)
	19日(水)	9:15~11:00	地域医療ホール(梶台5-1)
	26日(水)	9:30~11:00	月が丘集会所(月が丘5-1)
	26日(水)	9:30~11:30	※西神文化センター4階ホール(伊川谷町潤和1058)
	27日(木)	9:15~11:00	地域医療ホール
8月	31日(月)	9:30~11:30	※JA押部支店(押部谷町西盛323-2)
	2日(水)	9:15~11:00	地域医療ホール
	5日(土)	10:00~11:30	キャンパススクエア2階(リパティホール)(学園西町1-4)
	7日(月)	9:15~11:00	地域医療ホール

対象 満75歳以上などで後期高齢者医療制度加入者(指定医療機関にて受診する場合は4~7月に 園へ)平成30年3月末時点で30歳、35~39歳の人、40歳以上の生活保護受給者など(40~75歳未満の人は加入している各医療保険者に特定健康診査を問い合わせてください。市国民健康保険加入者は 園へ)

受診料 1,000円 **持ち物** 健康保険証など **内容** 身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査など

健康診査無料対象者 ①後期高齢者医療制度加入者②30歳、35歳の人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・特定中国残留邦人など支援給付受給者(③は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。申請時には、本人確認のできる健康保険証などが必要です)

会場で併せて実施 (受診方法) ①集団健診受診者は予約時に申し込み②単独受診は予約不要
 ※肺炎ウイルス検査について医療機関での受診希望者は 園へ

【胸部X線健診(結核健診)】 **無料** (対象) 満15歳以上で受診機会のない人。COPD(慢性閉塞性肺疾患)のリスクチェックを兼ねています。※湿布、カイロ、金具などは着けずにお越しください。石綿(アスベスト)、健康に不安のある人は、肺がん検診・胸部X線健診をぜひご利用ください

【骨粗しょう症検診】 (対象) 満40歳以上の男性、満18歳以上の女性 **費用** 1,000円

【前立腺がん検診(血液PSA検査)】 (対象) 満50歳以上の男性に推奨 **費用** 単独1,500円、集団健診とセット1,000円

【肺炎ウイルス検査】 **無料** (対象) 平成30年3月末時点で40歳以上で、過去に検査を受けたことがない人

2神戸市がん検診 予約制

検診名	対象	費用	予約先
胃がん検診	満40歳以上	600円	(公財)兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048 検診車で検診。乳がん検診は指定医療機関でも実施
乳がん検診	40歳以上で平成30年3月末までに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	指定医療機関へ 直接申し込み(詳しくは 園へ)
子宮(頸)がん検診	20歳以上で平成30年3月末までに偶数歳の誕生日を迎える女性	1,700円	指定医療機関へ 直接申し込み(詳しくは 園へ)
肺がん検診	満40歳以上	1,000円	
大腸がん検診	満40歳以上	500円	①神戸市健康診査参照(集団健診と同時実施)

がん検診無料対象者 ①満70歳以上の人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・特定中国残留邦人など支援給付受給者(②は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。申請時には、本人確認のできる健康保険証などが必要です)

3検査・相談など

場所	内容	7月	8月	時間
区役所3階	即日血液検査[B型肝炎(抗原)、HIV(エイズ)検査] (予約不要・原則無料)	28金		14:00~15:00
	医師による精神保健相談(予約制)	6・20金 13金	17金 3金	10:00~11:30 14:00~15:30
	相談員による精神保健相談(予約制)		火曜(祝日を除く)	9:30~11:00
地域医療ホール	栄養相談・保健師による健康相談(予約制)		29金	9:45~11:00
		20金		13:45~15:00

園 ①②について神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX262-1165
 電話受付時間8:30~17:00(土・日・祝日除く)

③について区あんしんすこやか係 ☎929-0001 FAX929-1690

各種相談 無料 ※⑥を除き祝日日は休み

内容	日時/場所	問い合わせ
①市民法律相談 予約制	水曜 12:30~ 場所 区役所4階、西神中央出張所	市総合コールセンター ☎333-3330 ※予約は前週木曜9:00~
②行政相談	第2木曜 場所 西区民センター4階 第4木曜 場所 区役所4階 時間はいずれも13:30~15:30	区まちづくり課 区内線211
③心配ごと相談	火曜 13:30~15:30 場所 区役所4階	区社会福祉協議会 区内線297
④成年後見人制度相談室	第2・4金曜 13:30~15:00 場所 区役所4階	区社会福祉協議会 区内線297
⑤ボランティア相談	月~金曜 9:00~12:00、13:00~17:00 場所 区役所4階	区ボランティアセンター ☎929-0047 FAX 929-0084
⑥休日急病電話相談	日曜・祝日 9:00~16:40	☎362-1599