

## 押部谷明石川リバーウォーク2017 **無料**

**日時** 11月23日(木・祝)9:00~9:30受付→10:00スタート  
**集合・解散** けんぼなし公園(押部谷町栄)  
**行程** 近江寺橋→西盛橋→ハートショップおしべ 約7km(約2時間)  
**申込** 参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入の上、FAXで届へ  
 ※11月10日(金)締切  
**問** 押部谷連絡所 ☎994-1001 FAX998-2001

## 岩岡を歩こう会 **無料** **申込不要**

**日時** 11月26日(日)9:15~受付→10:00スタート  
**集合・解散** 岩岡公園(神姫バス②「岩岡連絡所前」下車西へ300m)  
**行程** Aコース 金覚寺→野中清水公園→秋田観音堂→秋田の大歳神社→古郷集落排水処理場→竜が岡の大歳神社→常光寺→竜が岡中央公園→黄色たばこ記念碑 約11km(約3時間)  
 Bコース 大師井戸→ポンプ池→岩岡神社→四ツ塚灯台→上村の大歳神社 8km(約2時間)  
**問** 岩岡連絡所 ☎967-1001 FAX969-2002

## 第34回西区ファミリーロードレース大会 **小雨決行**

**日時** 平成30年2月18日(日) 受付9:30~  
**場所** 神戸総合運動公園(補助競技場)  
**対象** 区内在住・在勤・在学の人(親子ペアは、最低1人が参加資格を満たすこと)  
**パンフレット配布場所**  
 区役所、西神中央出張所、区各連絡所、西区民センター、西体育館、キャンパススクエア、セリオ、プレんティ、カナート西神戸店、コープデイズ神戸西、コープ桜が丘、イズミヤ神戸玉津店  
**申込** パンフレット添付の専用振替用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて、11月15日(水)からゆうちょ銀行または郵便局窓口へ※12月21日(木)締切  
**問** 区まちづくり課(〒651-2195住所不要) 区内線217 FAX929-0030

# 11・12月の保健だより



### ①神戸市健康診査 11月16日~12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

月	日時	会場
11月	16日(木) 9:15~11:00	地域医療ホール(靴台5-1)
	21日(火) 9:30~11:30	※JA岩岡支店(岩岡町岩岡944-1)
	22日(水) 9:15~11:00	地域医療ホール
	22日(水) 9:30~11:30	※西神文化センター(伊川谷町潤和1058)
	26日(日) 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)
12月	28日(火) 9:15~11:00	地域医療ホール
	4日(月) 9:15~11:00	地域医療ホール
	4日(月) 9:30~11:30	※JA押部支店(押部谷町西盛323-2)
	5日(火) 9:30~11:30	※JA玉津支店(玉津町今津109)
	6日(水) 9:30~11:30	※JA神出支店(神出町田井459-1)
	7日(木) 9:30~11:30	※JA平野支店(平野町下村325)
	8日(金) 9:15~11:00	地域医療ホール
	12日(火) 9:30~11:30	※JA榎谷支店(榎谷町長谷68-1)
	14日(木) 9:15~11:00	地域医療ホール
	15日(金) 10:00~11:30	キャンパススクエア2階
15日(金) 9:30~11:30	※西神文化センター	

**対象** 満75歳以上などで後期高齢者医療制度加入者、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 問へ)

**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)

**会場ですべて実施** (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 ※肝炎ウイルス検査について医療機関での受診希望者は 問へ

**【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

**【肝炎ウイルス検査】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 問へ)
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 問へ)
肺がん検診	満40歳以上	1,000円	①神戸市健康診査参照(集団健診と同時実施) 兵庫県予防医学協会(2月末まで) ※1
大腸がん検診	満40歳以上	500円	※1(大腸がん検診の申し込み) 区役所などで配布のチラシまたは郵便局備え付けの振込用紙にて申し込み。コンビニ払込みの場合は電話で 問へ(満70歳以上の方は、はがきに住所・氏名(フリガナ)・年齢・生年月日・性別・電話番号を記入の上 問へ) 問 兵庫県予防医学協会(〒658-0046東灘区御影本町6-5-2) ☎856-2211

**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)

### ③検査・相談など

場所	内容	11月	12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)	10金		14:00~15:00
	医師による精神保健相談(予約制)	2・16金 9金	7・21金 14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
	栄養相談・保健師による健康相談(予約制)		7金	13:45~15:00
地域医療ホール	栄養相談・保健師による健康相談(予約制)		12金	9:45~11:00
		17金		13:45~15:00

問 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** ※祝日は休み

内容	日時/場所	問い合わせ
①市民法律相談 <b>予約制</b>	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

## 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。

**公園で一緒に遊ぼう** **無料** **申込不要** **子育てふれあい教室** **無料** **申込不要**

**●青空保育**  
**日時** 11月9日(木)・28日(火) 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  
**問** 西区子育てセンターあゆみ(あゆみ幼稚園内)  
 ☎996-1500 FAX992-6000

### ●あおぞらプラザ

日程	場所
11月2日(木)	井吹思い出広場(井吹台北町2)
11月8日(水)	赤羽平池公園(潤和)
11月15日(水)	口の池公園(池上1)
11月16日(木)	しらみず南公園(白水2)
11月24日(金)	東細谷公園(有瀬一本松)

**時間** 10:45~11:30  
**持ち物** 帽子、タオル、お茶など  
**問** 地域子育て応援プラザ西(区役所3階)  
 ☎・FAX929-1310

### 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  
**問** 区子ども家庭支援室 ☎929-4150

### 乳幼児健診・子育て教室

内容	11月	12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)	17金	8金	14:00~16:00	区役所3階
多胎児教室		15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 問か区ホームページへ。

※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、妊婦健康診査受診券の交付を受けていない妊婦の受診券の交付は 問へ

**問** 区子ども家庭支援課 ☎929-0001 FAX929-0056 [西区 乳幼児健診 検索](#)