

### 冬季スポーツ教室参加者募集

- 日** ▶ 令和5年1月5日(木)～3月25日(土)
- 所** ▶ 垂水体育館
- 料** ▶ 有料(詳細はホームページへ)
- 持** ▶ 運動しやすい服装、上履き、タオル、飲み物
- 申** ▶ 11月6日(日)～12月4日(日)までにホームページ、FAX、窓口、はがき(必着)で問へ  
※定員を超える場合は抽選
- 問** ▶ 垂水体育館  
(〒655-0892 平磯1-1-56)  
☎751-0500 F751-0501

垂水体育館 検索

### まつり・催し

#### 第53回友情をつなぐ絵画作品展

- 内** ▶ 区内の小・中学生の絵画作品展
- 日** ▶ 11月11日(金)13:00～24日(木)16:00  
※平日は8:00～21:00  
土・日・祝日は8:00～18:00
- 所** ▶ レバンテ垂水2番館1階ロビー
- 問** ▶ 市総合コールセンター

#### 赤い羽根共同募金 チャリティー公演 須清智子マリンバコンサート

- 内** ▶ 入場料の一部が赤い羽根共同募金になります。
- 日** ▶ 11月23日(水・祝)14:30開演(14:00開場)
- 所** ▶ 区文化センター レバンテホール
- 料** ▶ 一般1500円・高校生以下500円
- 申** ▶ 窓口で発売中。当日券あり。
- 問** ▶ 区社会福祉協議会  
☎708-5151(内線357・358)  
F709-1332  
✉info@tarumi-csw.or.jp

10月18日時点の情報をもとに掲載しています。新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、イベント等の開催状況が変わる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

### 月曜ロビーコンサート

- 内** ▶ 垂水区音楽協会による演奏等  
出演者:  
フルート 毛利愛美(もうりまなみ)  
ピアノ 池山百合子(いけやまゆりこ)
- 日** ▶ 11月28日(月)12:00～13:00
- 所** ▶ レバンテ垂水2番館1階ロビー
- 問** ▶ 垂水区音楽協会 上木  
☎F706-6893

### その他

#### 阪神シニアカレッジ 4月入学生募集

- 内** ▶ ①4年制=園芸・健康・国際理解の3学科(定員50人)  
②2年制=阪神ひと・まち創造講座(定員30人)
- 対** ▶ 神戸・阪神地域在住の56歳以上の人
- 料** ▶ 受講料年額(別途入学金などが必要)  
①50,000円②25,000円
- 申** ▶ 令和5年1月4日(水)～13日(金)までに問へ  
※応募者多数の場合は抽選
- 問** ▶ 県阪神シニアカレッジ事務局  
☎0797-26-8001

### 善意銀行8月分

ありがとうございました。(順不同・敬称略)

預託内容	預託者・団体
金 銭	垂水青年商友会・垂水中央商店街市場連合会 垂水カラオケ大会……………2,000,000円 翹持 裕雄……………20,000円 垂水区連合婦人会……………50,000円 カフェハンナ……………3,950円 匿名……………1,000円

### 今月のたるみアンテナショップ

- 障害福祉サービス事業所で働く人たちによる小物・クッキー・野菜などの販売
- 日** ▶ 11月4日(金)10:30～13:30
- 所** ▶ レバンテ垂水2番館1階ロビー
- 問** ▶ 垂水区地域自立支援協議会 事務局  
☎704-3340 F704-4040

### 各種相談 祝日は休み 無料

- ①心配ごと相談**  
**日** ▶ 火・金曜13:30～15:30
- ②元気なうちの終活・遺言・遺贈相談**  
先着4人(要予約)  
**日** ▶ 11月9日(水)13:30～15:30  
**申** ▶ 前日の17:00までに下記問へ
- ③成年後見制度事前相談**  
**日** ▶ 第2・4水曜13:30～15:00  
※上記①②③について  
**所** ▶ 区社会福祉協議会(区役所2階)  
**問** ▶ 区社会福祉協議会  
☎708-5151(代) F709-1332
- ④行政相談**  
**日** ▶ 第1火曜 13:30～15:30  
**所** ▶ 区社会福祉協議会(区役所2階)  
**問** ▶ 兵庫行政評価事務所  
☎331-9096 F333-7919

- ⑤市民法律相談 先着14人(要予約)**  
**日** ▶ 金曜13:00～15:55  
**所** ▶ 区役所会議室  
**申** ▶ その週の月曜9:00から申込フォームまたは電話で問へ  
**問** ▶ 市総合コールセンター



申込フォーム▶

- ⑥ひきこもり相談会 先着2組(要予約)**  
**日** ▶ 11月9日(水)・30日(水)  
**所** ▶ 区役所2階会議室  
**問** ▶ 神戸ひきこもり支援室  
☎#8900または☎361-3521  
✉hikikomori\_shien@office.city.kobe.lg.jp

### 保健だより

11・12月の事業案内

#### ■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)

- 問** ▶ 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 F262-1165  
(8:30～17:00 ※土・日曜・祝日を除く)
- 申** ▶ 兵庫県予防医学協会 予約受付センター ☎871-7758 F871-8048  
(8:30～17:00 ※土・日曜・祝日を除く)  
★の健診会場→JA兵庫厚生連 ☎333-8860 F333-8742(9:00～12:00,13:00～17:00※土・日曜・祝日を除く)

**対** ▶ 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  
※神戸市国民健康保険加入者の受診に必要な受診券は4月～5月に発送しています。  
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

- 内** ▶ 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)
- 申** ▶ 事前に予約し、健康保険証と受診券などを持参
- 料** ▶ 無料  
※神戸市国民健康保険加入の40歳～75歳の方は、全ての方が無料で受診いただけます  
※生活保護受給者、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

神戸けんしん WEB予約サイト↓



実施日	受付時間	会場
11月18日(金)・11月21日(月) 11月24日(木)・11月29日(火) 12月6日(火)・12月9日(金)	9:15～11:00	垂水区文化センター (レバンテホール) 日向1-5-1 レバンテ垂水2番館3階
11月30日(水)	9:30～12:00	★JA垂水支店(オアシス会館5階) 向陽3-1-27

※最新の情報は市HPの特定健診のページもしくはけんしん案内センターにご確認ください

#### ■集団健診会場で合わせて実施 予約不要

健診・検査名	対象者	自己負担金
胸部X線健診(結核健診)※	満15歳以上で受診機会のない人(結核健診のみの単独受診可)	無料
肝炎ウイルス検査	40歳以上(令和5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検査可)	無料
風しん抗体検査	風しん抗体検査をお持ちの方(風しん抗体検査のみの単独受診可・本人確認書類必要)	無料
骨粗しょう症検診	満40歳以上の男性と満18歳以上の女性	1,000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性に推奨	集団健診受診者 1,000円 単独受診 1,500円

※受診時は湿布、カイロ、金具などをはずしてください ※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

#### ■健康相談

- 所** ▶ 区保健福祉課 ☎708-5151(代) F706-2329  
(レバンテ垂水2番館2階南側)(土・日曜・祝日は休み)
- |                      | 11月            | 12月    | 受付時間       |
|----------------------|----------------|--------|------------|
| 生活習慣見直し・栄養相談【予約制】    | 9日(水)          | 14日(水) | 9:00～11:00 |
| 精神保健相談(医師・精神保健福祉相談員) | 事前に電話などでの予約が必要 |        |            |

#### ■乳幼児健診

乳幼児健診(4か月、9か月、1歳6か月、3歳)は、個別に文書にて通知いたします。  
※現在、新型コロナウイルス感染症による感染拡大防止対策の影響により、乳幼児健診のご案内時期が遅れています

#### ■すくすく赤ちゃんセミナー (5・6カ月の第1子の保護者対象)

- 日** ▶ 11月10日(木)、12月8日(木) **申** ▶ 市イベント申込サイトから  
13:30～15:30(13:15受付開始) **問** ▶ 市総合コールセンター
- 定** ▶ 先着15人(予約制)

※神戸市に気象警報(大雨・洪水・暴風等)が、午前の部は午前7時時点、午後の部は午前10時時点で発表があれば全面中止します ※会場へは公共の交通機関をご利用ください ※新型コロナ感染症の状況により中止となる可能性があります

### 今月の#たるみりよく

垂水健康公園にある不思議な遊具。子どもがジャンプしている様子がケーキの中から飛び出してきたように見えますね。空の向こうまで飛んで行ってしまいそうです。

インスタグラムの区公式アカウント「@tarumi\_official」のフォローをよろしくお願ひします。「#たるみりよく」のタグを付けて投稿いただいた写真を中心に、毎月紹介しています。



@reiko.sugさん