

# ひがしなだ子育てナビ

## ●子育て情報

### 東灘図書館の催し

- ①お話と絵本の時間  
 日時 7月18日⑩11:00~11:20  
 対象 4歳~小学生  
 定員 15人(先着順)
- ②親子で楽しむ絵本の会  
 日時 7月24日⑩10:30~11:00  
 対象 親子(0歳~小学校低学年と保護者)  
 定員 各5組(先着順)
- ③おひざのうえのおはなし会  
 日時 7月14日⑩10:30~11:30(入替制)  
 対象 親子(0歳~就園前)と妊婦  
 定員 各12組(開始15分前より先着順)  
 問 東灘図書館  
 ☎858-8773 ㊟858-8776

### 親子の学び教室

- 内容 親子で体操! リトミック  
 日時 7月9日⑩10:30~12:00(要予約)  
 場所 住吉地域福祉センター 活動コーナー  
 対象 幼児(概ね1歳から3歳まで)とその保護者  
 問 区あじさい講座事務局  
 ☎822-3431 ㊟822-4103

### 親子DEピンポン

- 日時 8月14日⑩9:00~10:40  
 対象 親子・家族(子どものみ・大人のみの参加は不可)  
 定員 22人(先着順)  
 申込 7月14日⑩から☎か直接問へ来館  
 問 東灘体育館  
 ☎452-9279 ㊟452-9280

### 拠点児童館「J-Lunch」

- お昼ご飯を食べる時間に、お家の人がいな  
 い小学生が児童館でお弁当を食べること  
 ができます。詳細はHPをご覧ください。  
 日時 小学校代休日、長期休業中  
 12:00~13:00  
 場所 魚崎児童館 対象 小学生  
 持物 各自お弁当・お茶  
 申込 ☎か直接問へ来館  
 問 魚崎児童館 ☎㊟453-2662

### 子育て応援プラザ東灘の催し

- 申込 ①②とも☎で7月9日⑩までに問へ
- ①親子ふれあい遊び・体験保育  
 料金 1,000円(給食、おやつ他)/遊びのみ  
 の場合は無料  
 ①対象 0歳児(令和2年4月2日~令和2年  
 8月17日生まれの3回食以上)の  
 子どもとその保護者  
 日時 8月17日⑩・18日⑩・24日⑩・25日⑩  
 10:00~11:30(全4回)  
 場所 ABCみかげ保育園(御影本町6-1-15)  
 定員 4組(抽選)
- ②対象 1歳児親子(平成31年4月2日~令  
 和2年4月1日生まれ)の子どもと  
 その保護者  
 日時 9月1日⑩・8日⑩10:00~11:00  
 (遊びのみ)(全2回)  
 場所 本山保育所(岡本1-7-6)  
 定員 5組(抽選)
- ②ぽけっとセミナー  
 場所 区役所5階 定員 各6組(抽選)  
 ①健康のお話(薬剤師)  
 対象 ~12か月の子どもとその保護者  
 日時 7月30日⑩10:00~11:00  
 ②食事のお話(管理栄養士)  
 対象 10~18か月の子どもとその保護者  
 日時 8月4日⑩10:00~11:00  
 問 地域子育て応援プラザ東灘  
 ☎㊟851-4148

### なかよしキッズ

- 発達のゆっくりなお子さんを持つ保護者の  
 つどい  
 日時 7月12日⑩10:00~11:45  
 場所 区役所3階33会議室  
 定員 10名(先着順)  
 問 区社会福祉協議会  
 ☎841-4131(内線415) ㊟841-7999  
 ✉kosodate1@higashinada-syakyu.or.jp

### 子育てに関する無料相談

- 日時 月~金曜(祝休日除く)8:45~17:30  
 問 区子ども家庭支援室  
 ☎856-8080 ㊟811-3769

### 「ためまっぷ東灘」ぜひご活用ください!

子育てイベント情報サイト「ためまっぷ東灘」を4月に開  
 設しました。  
 「同世代の子どもたちが遊ぶイベントに行きたい!」  
 「近所でやっているイベントを知りたい!」  
 こんなときは、「ためまっぷ東灘」で区内の子育てイベ  
 ントを簡単に、行きたい範囲のなかで、検索できます。  
 ぜひご活用ください。

ご利用は



スマホ1つで  
 知りたい情報が  
 まるわかり!

子育てイベントを掲載希望の方は問までご連絡ください。  
 問 区まちづくり課 ☎841-4131(内線211) ㊟811-4901



# 7・8月の保健だより

## 後期高齢者・神戸市国保加入者特定健康診査(集団健診)

予約定員制/7月16日⑩~8月15日⑩

申込 兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 ㊟871-8048  
 問 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 ㊟262-1165

会場名	日程	時間
東灘区役所5階	7月16日⑩・19日⑩・21日⑩ 8月3日⑩	9:15~11:00

7月以降の集団健診については、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。  
 最新の情報は市のホームページもしくはけんしん案内センター(☎262-1163)でご確認ください。

- 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  
 ②30歳・40歳以上の神戸市国民健康保険加入者(対象者には受診券を郵送)  
 ※39歳以下の人については、市のホームページをご確認ください    
 ※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は、区生活支援課で受診券を交付します

### 健診会場で併せて実施

- ①胸部X線(結核)健診(無料・単独受診可・満15歳以上)。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。  
 ②肝炎ウイルス検査(無料・単独検査可)。40歳以上で過去に検査を受けたことの無い人。  
 ③風しん抗体検査(無料・単独検査可)。風しんクーポン券をお持ちの人。本人確認書類必要。

## 健康相談・栄養相談・ひきこもり相談・精神保健相談

生活習慣を見直したい人、精神面で不安をお持ちの人はご相談ください。

	日程	時間
①健康・栄養相談【予約制・無料】	7月13日⑩・8月10日⑩	9:00~10:30
②ひきこもり相談会【予約制・無料】	7月12日⑩・26日⑩	13:30~16:00
③精神保健相談【医師・精神保健福祉相談員】	事前に電話などで予約が必要	

- 問 ①区子ども保健係 ☎841-4131(内線453~456) ㊟811-3769  
 ②神戸ひきこもり支援室 ☎#8900 または 361-3521  
 ③区あんしんすこやか係 ☎841-4131(内線432・433) ㊟851-9333

## その油断ちょっと待った! 交通安全確認を!

交通事故は誰しもが被害者、加害者になり得ます。  
 事故にあわない、起こさないために交通マナーを守りましょう!

### 【ドライバーは】

- ・わき見や携帯電話使用など「ながら運転」をしない
- ・制限速度を守る(特に、長い直線道路は速度が出やすいため注意)

### 【歩行者は】

- ・夕暮れ以降は、明るい色の服装・反射材を身に付ける
- ・横断歩道を利用、斜め横断をしない
- ・車が近づいているときは、無理に横断せず車の通過を待つ



## 東灘図書館に聞いた! 今月の おススメの一冊

### 「なつのいちにち」 はたこうしろう 著

まぶしい日差し、はっとさせられるような澄んだ空や海、  
 青々と茂る草木に響き渡る蝉の声…  
 ページをめくるたびに夏のにおいや音が溢れ出し、まるで  
 体験しているかのような一冊です。躍動感あふれる絵と文  
 と共に、どこか懐かしく誰もが一度は経験したことがある  
 ような、そんな瞬間を感じてみませんか。



初版2004年 偕成社  
 ISBN:978-4-03-331340-5