

ひがしなだ子育てナビ

●子育て情報

東灘図書館の催し

- ①おひざのうえのおはなし会
 日時 10月13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)
- ②お話と絵本の時間
 日時 10月3・17日⑩11:00~11:20
 対象 4歳~小学生
 定員 各15人
- ③親子で楽しむ絵本の会
 日時 10月23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
 問 東灘図書館 ☎858-8773 ㊟858-8776

親子の学び教室

- 内容 ミニミニワクワク運動会!
 日時 10月9日⑩10:30~12:00
 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
 申込 要予約
 問 区あじさい講座事務局 ☎822-3431 ㊟822-4103

なかよしキッズ

- 発達のおもしろなお子さんを持つ保護者のつどい
 日時 10月18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)9:00~17:00
 問 区子ども家庭支援室 ☎856-8080 ㊟811-3769

子育て応援プラザ東灘の催し

- 申込 ①②とも電話で10月11日⑩までに問へ
- ①親子ふれあい遊び・体験保育
 A 対象 1・2歳児(平成30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 10月25日⑩・28日⑩・11月1日⑩・4日⑩10:00~11:00(遊びのみ)
 場所 認定こども園神戸夢(住吉宮町1-8-8)
 定員 5組(抽選)
- B 対象 1歳児(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 11月4・11・18・25日⑩10:00~11:00(遊びのみ)
 場所 あおい宙東灘保育園(田中町3-2-3)
 定員 5組(抽選)
- C 対象 0歳児(令和2年4月2日~令和2年11月8日生まれの子どもとその保護者)
 日時 11月8・15・22・29日⑩10:00~11:00(遊びのみ)
 場所 ふかえ虹こども園(深江本町4-1-12)
 定員 5組(抽選)
- D 対象 2歳児(平成30年4月2日~平成31年4月1日生まれの子どもとその保護者)
 日時 11月17・24日・12月1日・8日⑩10:00~11:00(遊びのみ)
 場所 甲南こども園(森南町3-1-4)
 定員 5組(抽選)
- ②離乳食セミナー(ゴックン期)
 日時 11月16日⑩10:00~11:00
 場所 区役所5階
 対象 おおむね5~6か月
 定員 8組(抽選)
 問 地域子育て応援プラザ東灘 ☎㊟851-4148

10・11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/10月16日⑩~11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	10月20日⑩・26日⑩ 11月5日⑩・9日⑩・15日⑩	9:15~11:00
深江会館	10月19日⑩	

10月以降の集団健診については、新型コロナウイルス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 [神戸市健康診査](#) [検索](#)

※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】	10月12日⑩・11月16日⑩	9:00~10:30
②ひきこもり相談会【予約制・無料】	10月25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432・433) ㊟851-9333

「灘の酒フォトコンテスト2021」を開催します!

東灘区の地場産業である灘の酒。その魅力をより多くの方に知ってもらうため、「灘の酒フォトコンテスト2021」を開催します。入賞者の方には、灘の酒やスイーツなどの素敵な賞品をプレゼントします。酒蔵におでかけした時の1枚、晩酌の時の1枚など、たくさんのご応募をお待ちしています。

募集写真 灘の酒の魅力が伝わる写真(過去写真も応募可)

期間 10月1日⑩(日本酒の日)~11月23日⑩・㊟

応募方法 ①区公式instagram[@insta_higashinada]をフォロー
 ②instagramでハッシュタグ[#灘の酒フォトコンテスト2021]と[#insta_higashinada]の両方を付けて写真を投稿

入賞者の発表 12月上旬に区公式instagramのダイレクトメッセージにより連絡します。入賞作品は、区公式Instagram及び区ホームページで発表します。

問 市事業・イベント案内センター ☎0570-083-330または ☎333-3372(年中無休8:00~21:00) ㊟333-3314



詳しくはこちら



区公式 Instagram

2030年のあなたや大切な人へ送る、手紙や写真を募集します!~タイム酒樽プロジェクト~

東灘区制70周年を記念して、タイムカプセルをもじった「タイム酒樽」に募集した手紙や写真を封印し、2030年に皆様の元へお届けいたします。

募集期間 9月21日⑩~11月30日⑩

募集方法 郵送又は区まちづくり課41番窓口を持参

※封印する封筒に2030年に郵送する氏名・住所を記載してください。

宛先 区まちづくり課(住吉東町5-2-1)

問 市事業・イベント案内センター ☎0570-083-330

または ☎333-3372(年中無休8:00~21:00) ㊟333-3314



募集方法など詳しくはこちら

東灘図書館に聞いた!今月のおすすめの一冊

「一汁一菜でよいという提案」 土井善晴 著

食事はすべてのはじまり、暮らしのリズムをつくる。料理研究家として有名な土井善晴さんは「一汁一菜とは、ただの和食献立のすすめではなく、日本人としての「生き方」である」と語る。この飽食の時代、食品ロスが社会問題となっている現在、改めて食のあり方に目を向けてみませんか。

グラフィック社
ISBN:9784766129540



選挙についてのお知らせ

衆議院議員総選挙と神戸市長選挙が予定されています。「投票のご案内」がなくても投票はできますので投票所にてお申し出ください。期日前投票においても同様です。

問 区選挙管理委員会 ☎841-4131 ㊟841-3735