

## ひがしなだ子育てナビ

### 子育て情報

子育てイベント情報発信サイト  
「ためまっぴ東灘」



#### 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12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2・9・16・23・30日⑩  
11:00~11:20  
対象 4歳~小学生  
定員 各15人

#### ③みんなのおはなし会

日時 10月22日⑩10:30~11:00  
対象 子ども~大人  
定員 各7人  
東灘図書館  
☎858-8773 ㊟858-8776

#### 親子の学び教室

内容 お父さんも一緒に! 秋の運動会  
日時 10月8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  
区あじさい講座事務局  
☎822-3431 ㊟822-4103

#### なかよしキッズ

発達ゆっくりなお子さんを持つ保護者のつどい  
日時 10月17日⑩10:00~11:45  
場所 区役所3階33会議室  
定員 10人(先着順)  
区社会福祉協議会  
☎841-4131(内線415) ㊟841-7999  
✉kosodate1@higashinada-syakyo.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  
区こども家庭支援室  
☎856-8080 ㊟811-3769

#### 大学生向け 灘の酒入門講座「世界の酒と灘五郷」

参加無料  
事前申込制

灘五郷の酒蔵から講師を招き、これからお酒を嗜む世代の方向けの講座を開催します。「お酒の美味しい飲みかた」を知れば、生活が何倍も楽しくなります。今回の講座では、世界が注目するSAKE<<日本酒>>、そして地元の灘五郷について学びます。 ※お酒の試飲は行いません

日時 12月4日⑩14:00~15:30

講師 湊本 雅和氏(株式会社神戸酒心館 支配人)

テーマ 世界の酒と灘五郷

対象 大学生(大学院及び短期大学を含む)

※20歳未満の方も参加できます

定員 40名(先着順) 場所 甲南大学平生記念セミナーハウス 詳細・申込はこちら

申込 右記のホームページより

申込期間 10月1日⑩9:00~11月23日⑩⑪ 区 市総合コールセンター



#### マイナポイントサポートデスク事前予約

区役所でのマイナポイントサポートデスクが事前予約できるようになりました。前日までにWEBまたはお電話にてご予約ください

申込 ☎600-2910または右記より

※電話申込の受付時間は9:00~20:00(年中無休)

※年末年始除く

区 市マイナンバーコールセンター ☎600-2910 ㊟862-3890



#### 相続登記が義務化されます。遺言書を書いて保管しませんか

所有者不明土地解消、空き家・空き地問題解消に向け、令和6年から相続登記が義務化されます。円滑な相続登記のために、おすすめなのが遺言書。遺言書を残しておけば、「争続(相続をめぐるトラブル)」になるのを未然に防ぐことができます。書いた遺言書は、1通3,900円で法務局に保管することができます。法務局に預けておけば、

- 遺言書の紛失・改ざんの心配がありません。
- 家庭裁判所の検認の手続きが不要となります。
- 遺言者の死亡時、指定した相続人等に、遺言書を保管していることを法務局から通知することもできます。

相続登記の義務化、自筆証書遺言書保管制度について詳しくは、法務省ホームページ又は神戸地方法務局(078-392-1821)にお問合せください。



遺言書で  
あなたの想いを  
伝えましょう。



## 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

区 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・25日⑩ 11月1日⑩・8日⑩・11日⑩	9:15~11:00
深江会館	10月26日⑩	9:15~11:00
ファッション美術館	10月17日⑩	9:30~11:00

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また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

- 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。
- 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。
- 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。

内容	日程	時間
①健康・栄養相談【予約制・無料】	10月11日⑩、11月8日⑩	9:00~10:30
②ひきこもり相談会【予約制・無料】	10月24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	

区 ①保健担当 ☎841-4131(内465) ㊟811-3769

②神戸ひきこもり支援室 ☎#8900 または 361-3521

③区保健福祉課 ☎841-4131(内461・462) ㊟811-3769

#### きれいな川をみんなで守ろう 住吉川秋のクリーン作戦

住吉川ではオイカワ、アユなどの生物がたくさん生息しており、自然を身近に感じることができる憩いの場となっています。美しい自然を守るため、みんなでクリーン作戦に参加しましょう!

日時 10月16日⑩9:00~10:00 ※小雨決行、回転灯点灯時は中止

場所 住吉川流域(島崎橋~新落合橋、千丈谷)

※各拠点はのぼりが目印です

※ゴミ袋を各拠点に用意します

※軍手や火ばさみなどは各拠点にて用意しますが極力ご持参ください

その他 新型コロナウイルス感染症対策へのご協力をお願いいたします。

区 市総合コールセンター

#### 共同募金運動がはじまります。皆様のご協力をお願いいたします。

期間 10月1日⑩~

区 区共同募金委員会(区社会福祉協議会内)

☎841-4131(内線416) ㊟841-7999



インターネットでも募金できます。

<https://www.akaihane.or.jp/furusapo/>

赤い羽根

検索

\*「寄付する」ボタンを押して、都道府県・市町村を選択し、必要事項をご記入ください。



東灘図書館に聞いた! 今月の  
おすすめの一冊

### 「茨木のり子詩集 谷川俊太郎選」

茨木のり子 谷川俊太郎 / 著  
岩波書店 / 出版 ISBN:9784003119518

「自分の感受性くらい 自分で守れ ほかのもの  
「自分の感受性くらい」より)」

現代詩の長女と評される茨木のり子。ストレートな単語が心に響き、詩になじみがなくても読みやすい1冊です。強い言葉から溢れでている優しさが作者からのエールのように感じられます。秋の夜長にじっくりと味わってみてはいかがでしょうか。