

くらしの情報ガイド ア・ラ・カルト

お知らせ

◆ラポレテ市民サービスコーナー
 1月～金曜日・10時～19時(土・日・祝日は10時～17時)※9月の休業日は10日(木)・12日(土)・13日(日)・17日(木) 住民票・印鑑証明書等の交付(税関係証明書の一部)※印鑑証明は印鑑登録証が必要。※本人以外からの交付は委任状が必要場合があります。(市民課含む) 〇ラポレテ市民サービスコーナー ☎31-3130

◆お困りです課の相談
 〇お困りです課 ☎38-5401

【土地家屋調査士による登記相談】
 〇9月1日(火)13時～16時 〇市民相談室
 〇土地の境界問題・分筆合筆や登記相談
 〇12時45分～15時30分南館玄関受付へ
 【公正証書相談】
 〇9月8日(火)13時～16時 〇市民相談室
 〇遺言書等公正証書の相談 〇12時45分～15時30分南館玄関受付へ
 【不動産相談】
 〇9月15日(火)13時～16時 〇市民相談室
 〇不動産の取引・契約に関する相談 〇12時45分～15時30分南館玄関受付へ
 【行政相談】
 〇9月16日(水)13時～16時 〇お困りです課 〇国や県への意見・要望 〇12時45分～15時30分お困りです課へ
 【税務相談】
 〇毎週水曜日13時～16時 〇市民相談室
 〇相続贈与ほか税に関する相談 〇12時45分～15時30分南館玄関受付へ
 【相談①家事②弁護士③司法書士】
 〇①毎週水曜日②毎週木曜日③毎週金曜日・13時～16時(要予約) 〇市民相談室
 〇離婚・相続等②日常生活上の法律問題等③登記・多重債務等 〇希望する週の月曜日(休日の場合翌日)9時から電話で上記へ

◆女性の悩み相談<秘密厳守>
 〇①9月4日・11時～25日(金)11時～16時
 〇②9月5日(土)10時～12時・18日(金)11時～16時※1人50分 〇①心の悩み(夫婦・家族等)②家事相談(離婚・相続等)※一時保育あり(要予約) 〇婦人科と男女共同参画センター ☎38-2022・予約専用

◆社会保険労務士による無料労働相談
 〇9月14日(月)13時～16時 〇労働・年金・社会保険・労働保険等相談(秘密厳守) 〇婦人科と男女共同参画センター ☎38-2033

催し

◆児童センターの催し
 〇9月22-29日 ☎22-9229/☎22-1659/〒659-0061 上宮川町10-5

【ひよこクラブ】
 〇9月2日・9日・16日(水)①9時30分～10時30分②10時45分～11時45分 〇親子の日/こどもの日 〇2歳児(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)と保護者・各16組
 〇9月1日(火)9時30分から電話で上記へ
 【子育てフリー相談】
 〇火・金の午前中 〇児童厚生員との個人面談※子ども同伴可 〇電話で上記へ

【親子フリールーム】

〇9月2日(水)・7日(月)・14日(月)・16日(水)14時30分～16時※途中退可 〇親子で自由遊び 〇0～2歳児と保護者・16組 〇当日時間内に会場へ
 【あそびひろば】
 〇9月3日(木)10時30分～11時30分/10日・17日(木)15時～16時 〇親子で自由遊び 〇1歳と2歳児(平成25年4月2日～26年4月1日生まれ)と保護者・先着16組 〇当日5分前に会場へ

【おはなしひろば】
 〇9月9日(水)15時～16時 〇自由遊びと紙芝居 〇幼児と保護者・16組 〇当日5分前に会場へ
 【考えるお母さん講座】
 〇9月15日(火)10時～11時30分 〇ケミカルフリーをめざそう!～化学物質に囲まれた暮らしの危険～ 〇テーマに関心のある保護者・25人 〇小野田正美氏(消費生活アドバイザー) 〇9月3日(木)9時30分から電話で児童センターへ
 【親子クラブ見学受付】
 〇3歳児(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)と保護者・1日2組 〇見学日は電話で児童センターへ

◆図書館の催し

〇読書会 ☎31-2301
 【金曜シネサロン】
 〇9月4日(金)「若草物語」・18日(金)「ひまわり」/各13時30分～
 【くもおはなしの会・絵本の会】
 〇9月5日・12日・19日・26日(土)14時～15時 〇3歳～小学生中心
 【打出分室くもおはなしの会】
 〇9月12日(土)15時～15時30分 〇打出教育文化センター 〇3歳以上(保護者参加可)

◆いきいき健康体操教室
 〇9月4日・18日(金)10時30分～11時30分 〇全身体操・リハビリ運動 〇おおむね65歳以上・各15人程度 〇100円 〇お茶・タオル・上靴 〇婦人科と男女共同参画センター ☎38-0485

◆第36回自由研究・教育活動展
 〇9月11日～14日・9時～17時 〇市民センター多目的ホール・301・302室 〇小学生の作品の展示・幼稚園の教育活動の写真紹介 〇学校教育課 ☎38-2087

◆社会福祉協議会の催し

〇社会福祉協議会 ☎32-7530
 【ワゴンインサロン】
 〇①9月11日(金)②9月25日(金)10時30分～11時30分 〇保健福祉センター(高齢者交流室) 〇①ナンプレに挑戦しよう!②書道を楽しみましょう 〇60歳以上・各15人 〇100円(別途要材料費) 〇9月1日(火)9時から電話 ☎32-7525へ
 【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】
 〇9月19日(土)13時30分～15時30分 〇保健福祉センター(運動室) 〇しょうがい者スポーツ種目の体験 〇市内在住・在勤・在学のかた 〇電話で上記またはスポーツ推進課 ☎22-7920

【高齢者「会食懇談会」】
 〇9月24日(木)12時～ 〇保健福祉センター(調理室) 〇市内70歳以上・先着40人 〇500円 〇9月1日(火)9時から電話で社会福祉協議会 ☎32-7525へ
 【手話ボランティア養成講座(基礎編)】
 〇10月22日～平成28年3月24日(木・全20回)・12月31日・1月7日・2月11日を除く)13時30分～15時30分 〇保健福祉センター(団体会議室1) 〇手話入門講座を受講、または同等の講座を受講し、ステップアップを目指すかた・20人 〇2,000円(社協会員は1,000円)※別途テキスト代3,240円 〇9月2日(水)9時から電話で右記へ 〇社協ボランティア活動センター ☎32-7525

◆一時保育つき大人の読書タイム
 〇①9月15日(火)10時～12時②15日(火)13時～15時③28日(月)10時～12時※①②③のいずれかで申し込み 〇子育て中の親(祖父母も含む)と子ども(2歳以上就学前児)※2歳未満児の同伴不可※一時保育・先着各4人(1人300円) 〇9月1日(火)から、電話で下記(日曜日除く)へ 〇婦人科と男女共同参画センター ☎38-2023

◆犬のしつけ方1日教室

〇9月15日(火)13時～15時 〇奥池園地※雨天時は奥池集会所 〇狂犬病予防注射と混合ワクチンを1年以内に接種済みの生後5か月以上の犬と飼主・10組 〇500円(保険料を含む) 〇9月11日(金)までに、住所・氏名・年齢(傷害保険)・電話・ファクス・Eメール・犬の名前・種類・年齢・性別を明記し、はがきかファクスで下記へ 〇芦屋動物愛護協会事務局 ☎38-2033-☎38-2176/〒659-8501 住所不要・経済課内

◆県立芦屋高等学校

〇オープンカレッジ
 〇9月19日(土)14時～15時30分(受付13時30分) 〇ジャズの魅力 〇ピアニスト・国際日本文化研究センター教授/井上章一氏 〇呉川ウォークブリッジ 〇氏名・連絡先をEメールで、岡村(☎prookamura@aol.com)まで 〇県立芦屋高等学校 ☎32-2325

◆さわやか体操教室(介護予防事業)

【アクティブライフ芦屋】
 〇10月1日～12月3日・10時～11時30分(木・全10回) 〇足腰元氣!転ばん体操 〇65歳以上・12人(要予約)※初参加者優先※申し込み多数の場合は抽選 〇お茶・タオル・上履き 〇9月5日までに右記へ 〇アクティブライフ芦屋 ☎34-6500
 【セントラルフィットネスクラブ芦屋】
 〇10月1日～12月17日(木・全12回)①10時～11時30分②13時～14時30分 〇椅子体操など(主に座位運動)②椅子体操など(立位運動あり) 〇65歳以上・各15人(要予約)※他施設も含め2期続けたの申し込み不可※初参加者優先※申し込み多数の場合は抽選 〇上履き・タオル・飲み物 〇9月1日～6日・10時～19時に電話で下記へ※3日は休館 〇セントラルフィットネスクラブ芦屋 ☎38-2525

【介護予防センター】

〇①10月5日～12月21日(月・全10回・祝日を除く)14時～15時30分②10月6日～12月22日(火・全11回)13時30分～15時 〇①ゆったりいす体操②コーディネーション運動 〇65歳以上・各15人(要予約)※前期受講者は参加不可※①②両教室を同時に参加不可※医師に運動を制限されるかたは参加不可※申し込み多数の場合は抽選 〇お茶・タオル・上履き 〇9月1日～11日に電話で下記へ 〇介護予防センター ☎31-0628

【老人福祉会館】

〇①10月7日～12月16日(水・全11回)②10月1日～12月17日(木・全12回)10時～11時30分 〇簡単な筋力アップ体操・バランス運動など 〇65歳以上・各15人(要予約)※初参加者優先 〇お茶・タオル 〇9月1日～4日に電話で下記へ 〇アクティブライフ山芦屋 ☎25-7100
 【保健福祉センター(水浴訓練室)】
 〇①10月20日～平成28年1月12日(火・全11回)②10月22日～平成28年1月7日(木・全11回)③10月23日～平成28年1月8日(金・全11回)各9時15分～10時45分 〇水浴訓練室 〇65歳以上・各15人(要予約)※事前説明会(9月28日(月)13時30分～15時・福祉センター会議室1)に参加(要予約)※応募多数の場合説明会後抽選 〇9月2日～26日の火～土曜日・9時～17時に右記へ 〇福祉センター水浴訓練室 ☎31-0609

【保健福祉センター(精道健康塾)】

〇10月30日(金)・11月9日(月)・30日(月)・12月14日(月)・1月18日(月)・2月8日(月)・22日(月)・26日(金)14時～15時30分※体力測定の2日間も含む。 〇自力整体 〇65歳以上・40人※初参加者優先 〇バスタオル・お茶 〇電話で下記へ 〇精道高齢者生活支援センター ☎34-6711

講習・講座

◆総合公園9月の園芸講習会
 〇9月10日(月)・ガーデニングレッスン4②19日(土)・シトラスポプリの香りリース③21日(月)・和風を楽しむコンテナガーデニング④26日(土)・水草を使った苔玉作り/各10時30分～12時 〇各20人 〇①③④個別予約②④前田典子氏 ☎1800円②③2,500円④2,000円 〇持ち帰り用袋・筆記用具 〇①3日②①2日(土)③14日(月)④19日(土)の17時までに、講座名・住所・氏名・電話番号を電話・ファクス・Eメールで右記へ 〇総合公園 ☎38-2103/☎25-2026、☎muesaka@mizuno.co.jp

◆甲種防火管理者講習会(新規講習)

〇10月15日(木)・16日(金)10時～17時 〇消防庁舎3階多目的ホール 〇先着50人 〇4,000円 〇受講申込書・証明用写真2枚(縦3.5cm×横2.5cm) 〇9月14日～10月2日(平日・勤務時間内)に下記へ 〇消防本部予防課 ☎38-2098

寄附

8月6日までの受け入れ分(敬称略)
 【政策推進課取り扱い分】
 <あしやふるさと寄附金>
 ●100,000円、鈴木誠
 【社会福祉協議会取り扱い分】
 ●3,000円、佐和田勇

お知らせ

芦屋病院 ☎31-2156
 ●市民ギャラリー
 〇9月1日～30日 〇管理棟4階ギャラリースペース 〇光島治子「美声くらぶ」 〇園総務課

●芦屋病院マテネーコンサート

〇9月6日(日)14時30分～ 〇外来棟4階黄色いピアノ前 〇フルト界の重鎮をお迎えして 〇西田直孝(フルト)/中野幸代(フルト)/金澤佳代子(ピアノ) 〇園総務課

保健センター ☎31-1586

●献血のお知らせ

〇9月11日(金)10時～13時・14時15分～16時 〇市役所北館ロビー(受付)

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

●自殺予防週間(9月10日～16日)
 〇不眠や気分が沈むなど心の病気の兆候があればご相談ください。 〇上記(地域保健課)または兵庫県いのちと心のサポートダイヤル ☎078-382-3566(月～金曜日)18時～翌8時30分(土・日・祝日)24時間

講座・相談

芦屋病院 ☎31-2156

●両親学級

〇9月12日(土)10時～12時 〇お産の経過・赤ちゃんのお風呂 〇妊娠22週以降の妊婦とパートナー・5組 〇園3階東病棟(13時～16時)

●公開講座

〇9月16日(水)13時30分～14時30分 〇保健福祉センター 〇大腸がんを予防しましょう!～大腸がんにならないためにできること～ 〇芦屋病院副院長・水谷伸 〇園地域連携室

保健センター ☎31-1586

●プレ親教室 もく浴クラス
 〇9月26日(土)9時30分～12時 〇保健福祉センター(調理実習室) 〇①赤ちゃんのお風呂の入れ方②出産準備品について③パパの気持ちの準備について 〇妊娠中期以降の妊婦とパートナー・20組(要予約) 〇母子健康手帳・手拭きタオル・飲み物・筆記用具 〇園と園上記へ

●もぐもぐ離乳食教室

〇9月28日(月)9時45分～11時30分 〇保健福祉センター(調理実習室) 〇7～8カ月の離乳食のすずめ方の講話・相談・試食・手遊び 〇6～7カ月児(第1子優先)と保護者・20組(要予約) 〇母子健康手帳・バスタオル 〇園と園上記へ

●食事G.O.O.バランスアップ教室

〇10月2日(金)9時45分～11時30分 〇保健福祉センター会議室1ほか 〇①「バランスの良い食事についてお弁当を使って考えよう!」講話・グループワーク②バイキング形式の試食(保護者向け) 〇1歳6カ月児～就学前の子どもを持つ保護者・20人(1歳以上・託児あり)(要予約) 〇母子健康手帳・筆記用具 〇園と園上記へ

●アルコール依存症の家族会

〇9月11日(金)10時～12時 〇アルコール問題で悩んでいる家族 〇園と園上記(地域保健課)へ

身体障がい者移動相談

■日時 9月18日(金) 午前9時30分～正午
 ■会場 尼崎市立身体障害者福祉センター
 ■対象 身体障害者手帳所持の肢体不自由のかた・障害者総合支援法の対象疾病に該当するかた
 〇お問い合わせ 障害福祉課 ☎38-2043/☎38-2178

9月・前半 健康カレンダー

※料金の明記がないものは無料
 ※対象の明記のない場合は、芦屋市民対象
 ※各がん検診(前立腺がんを除く)は70歳以上免除<要認印>
 ※市民税非課税世帯に属するかた(事前に保健センターに申し出が必要)は免除

| 事業名 | 日時<会場> | 対象・費用・その他 | 問い合わせ |
|--------------|-----------------------------|-------------------------------------|--------|
| 子育て関係 | | | |
| 4カ月児健康診査 | 8日(火)12時45分～13時45分 | 平成27年5月1日～15日生まれ | 保健センター |
| 10カ月児健康診査 | 市内実施医療機関 | 平成26年11月生まれ | |
| 1歳6カ月児健康診査 | 10日(木)12時45分～14時 | 平成26年3月1日～15日生まれ | |
| 3歳児健康診査 | 3日(木)12時45分～14時 | 平成24年7月24日～8月15日生まれ | 保健センター |
| アレルギー健診 | 18日(金)13時～14時 | アレルギーが心配な乳幼児を対象に医師による健診相談 【要予約】 | |
| アレルギー相談 | 7日(月)9時30分～11時 | 食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等 【要予約】 | 保健センター |
| 育児相談 | 2日(水)9時30分～10時30分 | 乳児の身体測定・子育て相談等/母子健康手帳持参 | |
| 母子栄養相談 | 1日・15日(火)9時30分～11時 | 妊娠中の食事・離乳食・幼児食に関する相談 【要予約】 | |
| こどもの相談 | 15日(火)13時30分～16時 | 就学前児の発達など/臨床心理士の相談 【要予約】 | 保健センター |
| 歯の無料相談・健診 | 2日・16日(水)13時～14時45分<歯科センター> | 子ども対象 | |

予防・健康づくり

| | | | | |
|----------|---------------|---|---|-------------------------|
| がん検診 | 肺がん検診 | 9日(水)13時～13時30分 | 40歳以上/かく痰検査(希望者900円)/65歳以上結核検診を含む/年1回 【要予約】 | 保健センター |
| | 胃がん検診 | 10月以降の予約受け付け中 | 35歳以上(血縁者に胃がんのかたがいれば30歳以上)胃X線直接撮影/年1回(2,500円) 【要予約】 | |
| | 前立腺がん検診 | 3日(木)11時～11時30分 | 50歳以上の男性/P.S.A検査(1,000円) 【要予約】 | |
| | 肝炎ウイルス検診 | 3日(木)11時～11時30分 | 40歳以上/未受診者(1,000円) 【要予約】 | 保健センター |
| | 骨粗しょう症検診 | 15日(火)9時30分～10時 | 20歳以上/超音波法(1,000円) 【要予約】 | |
| 検(健)診・相談 | 歯の無料相談・健診 | 2日・16日(水)13時～14時45分<歯科センター> | 成人対象/40歳以上のかたのみ歯周疾患検診あり | 保健センター |
| | 特定健康診査(集団) | 17日(木)午後・上宮川文化センター 18日・25日(金)・29日(火)午前 | 40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のあるかた) *社会保険加入者は、お問合せください *予約は健診日の10日前までです 【要予約】 | |
| | げんき度健診 | 25日(金)9時30分～11時45分 | 20歳以上の市内在住・在勤者/各20人/持久力などの健康増進プログラムによる体力測定 【要予約】 | |
| | 健康相談 | 3日(木)午後・25日(金)午前 | 成人対象/医師による相談 【要予約】 | 芦屋健康福祉事務所 ※市外のかたも予約可 |
| | 栄養相談 | 1日・15日(火)9時30分～11時 | 管理栄養士による生活習慣病予防の食事相談等【要予約】 | |
| | H.I.V・肝炎・梅毒検査 | 11日・25日(金)13時30分～14時 | 匿名検査 【要予約】 | |
| | こころのケア相談 | 8日(火)13時～14時30分 | 専門医によるこころの病気の相談 【要予約】 | 保健センター |
| | 専門栄養相談 | 29日(火)10時～12時 | 難病・障がいのあるかたなどの栄養相談【要予約】 | |

休日がん検診の開催

平日は忙しいかたも、日曜日にがん検診が受けられます!
 早期発見のため、ぜひこの機会にご受診ください。

■日時 9月27日(日)午前9時～正午 ■会場 芦屋病院 ■内容&対象&費用 【乳がん検診・触診のみ】30歳～39歳までの市民・400円【乳がん検診・マンモグラフィー併用】40歳以上の市民・2,000円【子宮頸がん検診・問診・細胞診】20歳以上の市民・1,000円【胃がんリスク評価・採血】4,860円【肺がん検診・C.T】8,640円【大腸がん検診・便潜血】1,620円【肝炎ウイルス検診・採血】3,600円 ■申し込み 下記へ(要予約) ※検診無料クーポン券を利用できますので、お持ちのかたは必ずご持参ください。

お問い合わせ 芦屋病院 医事課検診担当 ☎31-2156

日曜・祝日救急当番医

*事前に、各医療機関へお問い合わせください

| ●夜間在宅輪番 *金曜日・20時～23時 | |
|----------------------|-------------------------------------|
| ()内は診療科目 | |
| 9/4 | ながれたに内科クリニック(内) ☎22-4592 |
| 9/11 | 長澤クリニック(内・消) ☎25-0075 |
| 9/18 | 加藤内科消化器クリニック(内・消) ☎25-1211 |
| 9/25 | 渡辺内科クリニック(内・循) ☎80-8200 |
| 10/2 | にしわき消化器内科・外科クリニック(内・外・消・肛) ☎38-9891 |

*金曜日23時～翌朝7時/金曜日以外22時～翌朝7時 南芦屋浜病院内 ☎22-4040

●内科・小児科(日曜・祝日・9時～17時) 休日応急診療所 ☎21-2782(公光町5-13)
 ●耳鼻咽喉科・眼科の急病診療 休日夜間急病診療所 ☎06-6436-8701 (尼崎市水堂町3-15-20)
 <耳鼻咽喉科>
 芦屋病院<内> ☎31-2156 日曜・祝日 9時～16時
 南芦屋浜病院<外・内> ☎22-4040 土曜 18時～20時30分
 芦屋セントマリア病院<外・内> ☎23-1771 <眼科>
 日曜・祝日9時～16時

歯の応急診療
 ■診療時間 日曜・祝日・年末年始の午前9時～11時30分
 ■受診場所 歯科センター(呉川町14-9 保健福祉センター1階)
 問い合わせ 歯科センター ☎31-0658

| 地区集会所(県民交流広場) | 問い合わせ 市民参画課 ☎38-2007 |
|-----------------------------|---|
| 大原集会所(火曜日休館) ☎38-7782(午前中) | 【歌声広場】 ■日時 9月3日(木)・25日(金)午前10時～正午 ■指導 隈本由紀子氏 ■参加費 200円 *直接会場へ |
| 前田集会所(水曜日休館) ☎23-3899(午前中) | 【麻雀大会】 ■日時 10月3日(土)午前9時30分～午後3時30分 ■定員 先着40人 ■参加費 1,200円(昼食・賞品代込み) ■申し込み 9月29日(火)までに参加費を持参し左記へ |
| 翠ヶ丘集会所(水曜日休館) ☎22-2475(午前中) | 【たわしの輪(ニットカフェ)】 ■日時 9月3日(木)午前10時～正午 ■指導 児玉氏・上田氏 ■参加費 材料費1個につき50円 ■持ち物 かぎ針6号か7号・アクリル毛糸(あれば) *直接会場へ |
| 浜風集会所(水曜日休館) ☎38-0960(午前中) | 【スマイル浜風名画劇場「サウンド・オブ・ミュージック」(映画鑑賞)】 ■日時 9月8日(火)午後1時開始(午後0時30分開場) ■参加費 300円(飲み物代) *直接会場へ |
| 潮見集会所(月曜日休館) ☎32-4359(午前中) | 【ほっとすべすべ潮見「第9回ほっとすべすべ祭り」】 ■日時 9月27日(日)午前10時～午後4時 ■内容 各教室の演技・絵画・書道の作品展 ※26日(土)は、作品の展示のみ。 *直接会場へ |

今日からイクメン!! ~自然物を使ったあそび~

■日時 9月26日(土)午前10時～11時 ■会場 下記セミナー室
 ■内容 形の真似っこあそび(芦屋川のアシヤ自然物を使って動物・船・車作り) ■対象 3歳～小学校低学年児と保護者・先着10組 ■持ち物 はさみ・サインペン・木工用ボンド※自然物はこちらで準備、持ち込みも大歓迎。※2歳児一時保育あり(先着4人・1人300円)(要予約) ■企画・運営 ちきゅうっ子応援隊 ■申し込み 9月1日(火)から、講座名・住所・氏名・電話(ファクス)番号・同伴する子どもの名前・年齢月齢・一時保育の有無を、はがき・ファクス・Eメール・電話または下記窓口へ※定員になり次第、締め切り

お問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023/☎38-2175/☎josei-ce@city.ashiya.lg.jp(〒659-0065 公光町5-8)