

くらしの情報ガイド **ア・ラ・カルト**

お知らせ

◆ラポルテ市民サービスコーナー
 日～金曜日・10時～19時(土・日・祝日は10時～17時)※休業日は12月19日(土)・20日(日)・29日～1月3日 **住**住民票・印鑑証明書等の交付(税関保証書の一部)※印鑑証明は印鑑登録証が必要。※本人以外からの交付には委任状が必要な場合があります。(市民課含む) **ラ**ラポルテ市民サービスコーナー **(31-3130)**

◆お困りです課の相談
おお困りです課 **(38-5401)**
土土地家屋調査士による登記相談
日12月1日(火)13時～16時 **市**市民相談室
地土地の境界問題・分筆合筆や登記相談
日12時45分～15時30分南館玄関受付へ
公公正証書相談
日12月8日(火)13時～16時 **市**市民相談室
遺遺言書等公正証書の相談 **日**12時45分～15時30分南館玄関受付へ
不不動産相談
日12月15日(火)13時～16時 **市**市民相談室
不不動産の取引・契約に関する相談
日12時45分～15時30分南館玄関受付へ
行行政相談
日12月16日(水)13時～16時 **お**お困りです課
国国や県への意見・要望 **日**12時45分～15時30分お困りです課へ
税務相談
日毎週月曜日13時～16時 **市**市民相談室
納相続贈与ほか税に関する相談 **日**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
日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> **市**市民相談室
離離婚・相続等②日常生活上の法律問題等
登記・多重債務等 **希**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

◆社会保険労務士による無料労働相談
日12月14日(月)13時～16時 **労**労働・年金・社会保険・労働保険等の相談 **関**&**関**関経済課 **(38-2033)**

◆身体障がい者移動相談
日12月18日(金)9時30分～12時 **尼**尼崎市立身体障害者福祉センター **身**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 **関**障害福祉課 **(38-2043/38-2178)**

◆県立神戸高等技術専門学院生募集
日<試験日>2月4日(木)①以外/③/4月9日(木)①・②・3月10日(木)/④⑤⑥⑦<見学会・要予約>12月17日・1月14日・2月18日(木)13時30分～15時30分/1月24日・2月28日(日)10時～12時 **関**①※福祉調理(6ヵ月)/②※(子育て支援)総合ビジネス(1年)/③板金・溶接(1年)/④電気制御(1年)/⑤機械加工技術(1年)/⑥印刷総合技術(1年)/⑦インテリアフォーム(2年) **仕**仕事に就くために知識・技術を身につけたいかた※印は新規学卒を除く **日**1月4日～3月3日 **関**県立神戸高等技術専門学院 **(078-794-6630)**

◆県立青雲高等学校生徒募集
日<面接日>3月6日(日)・7日(月) **通**通信制単位制普通科・修業年限3年以上 **県**県内在住または在勤で義務教育を修了したかた **年**年間2～3万円程度 **平**平成28年2月22日～29日(23日・27日を除く)までに右記へ **関**県立青雲高等学校 **(078-641-4200/〒653-0821 神戸市長田区池田谷町2-5)**

催し

◆図書館の催し
関&**関**関図書館 **(31-2301)**
【金曜シネサロン】
日&**関**12月4日(金)「関」戦場にかける橋/18日(金)「ホワイト・クリスマス」/各13時30分～
【子どもおはなしの会・絵本の会】
日12月8日(火)13時～19日・26日(土)14時～15時 **分**3歳～小学生中心
【打出室子どもおはなしの会】
日12月12日(土)15時～15時30分 **関**打出教育文化センター **児**3歳以上(保護者参加可)

◆和風園の催し
関&**関**&**関**和風園 **(23-0485)**
【いきいき健康体操教室】
日12月4日・18日(金)10時30分～11時30分 **関**全身体操・リハビリ運動・ヨガ体操 **児**65歳以上・各15人 **関**100円 **お**お茶・タオル・上靴
【高齢者栄養改善教室】
日12月24日(木)10時～11時30分 **関**家庭でできる簡単調理・栄養指導 **料**料理・栄養に興味のある65歳以上・10人程度 **関**300円 **関**エプロン・三角巾

◆児童センターの催し
関児童センター **(22-9229/関22-1659)**
 *改修工事のため、会場はすべて上宮川町住宅6号棟集会所(2号線沿い地蔵公園西側)で開催します。
【ひよこクラブ】
日12月9日・16日(水)①9時30分～10時30分②10時45分～11時45分 **関**自由遊びと手遊び(16日子どものみ) **関**平成24年4月2日～25年4月1日生まれの幼児と保護者・①②各16組 **日**12月8日(火)9時30分から電話で上記へ
【親子フリールーム】
日12月7日・14日(月)・16日(水)14時30分～16時(途中退出可) **関**親子での自由遊び **関**0～2歳児と保護者 **日**時間内に会場へ
【あそびひろば】
日12月10日・17日(木)15時～16時 **関**親子で自由遊び **関**満1歳と2歳(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 **日**当日5分前に会場へ

◆脳若返り作戦
日12月13日(日)10時～12時 **関**保健福祉センター(多目的ホール) **脳**脳の健康管理と生活習慣 **児**65歳以上のかた・100人 **関**関精道高齢者生活支援センター **(34-6711)**

◆社会福祉協議会の催し
関社会福祉協議会 **(32-7530)**
【ワンコインサロン】
日12月11日(金)10時30分～12時 **関**保健福祉センター(高齢者交流室) **関**和紙で作る～箸袋とストラップ～ **児**60歳以上・15人 **関**100円(別途要材料費) **日**12月1日(火)9時から電話 **(32-7525)**へ
【子どもクリスマス会】
日12月23日(火)14時～16時 **関**市民センター別館2階幼児室 **関**ボランティアグループ「声っ子」による歌、絵本のおみかせ、こうさく(クリスマスリース)、ゲームなど **関**幼児と保護者 **関**電話 **(32-7525)**へ
【高齢者4会食懇談会】
日12月24日(木)12時～ **関**保健福祉センター(調理実習室) **児**70歳以上・先着40人 **関**500円 **関**12月1日(月)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】
日12月15日(火)13時30分～15時30分 **関**保健福祉センター(運動室) **関**しょうがい者スポーツ種目の体験 **関**市内在住・在勤・在学のかた **関**&**関**上記またはスポーツ推進課 **(22-7910)**
【ファミサポ協力会員養成講座】
日1月18日(月)9時15分～11時30分/20日(水)・22日(金)・25日(月)・27日(水)・29日(金)9時30分～11時30分<全6回> **関**保健福祉センター(会議室1) **関**発達・遊び・食事など子育てに必要な知識と実技を学ぶ **関**育児援助を行う協力・両方会員登録希望者※託児あり(200円/回・先着10人・6ヵ月～) **関**&**関**ファミリーサポート・センター **(25-0521)**

◆陸上自衛隊中部方面隊音楽まつり
日2月27日(土)11時～13時(10時開場) **関**県立芸術文化センター **関**和をテーマにした自衛隊音楽隊による音楽演奏・自衛隊による大鼓演奏等 **関**はがきに郵便番号・住所・応募者と同伴者の氏名(1枚4人まで)・年齢・性別・電話番号・その他車いすでの入場等を記入し、12月25日(金)<必着>までに下記へ※応募者多数の場合は抽選、複数の応募は無効※Eメールでの申し込みも可(③admindpr-ma@inet.gsd.mod.go.jp)へ※当選者の発表は招待券の発送により通知 **関**総監部広報室方面隊音楽まつり係 **(072-782-0001/〒664-0012 伊丹市緑ヶ丘7-1-1)**

◆NPO・ボランティアグループのためのかきかた講座
日&**関**①12月19日(土)10時～12時・なるほど! 伝わるチラシの作り方②1月30日(土)10時～12時・プロに学ぶ! 伝わる文章の書き方 **関**各15人<要予約> **関**1回500円 **関**&**関**&**関**あしや市民活動センター **(26-6452/関26-6453)**

◆県立芦屋高等学校オープンカレッジ
日12月19日(土)14時～15時30分(受付13時30分) **関**ジャズ・文学・アート **関**詩人・兵庫県立大学准教授/小野原教子氏 **関**呉川ウォークブリッジ **関**氏名・連絡先をEメールで、**関**村村 **(3-prookamura@aol.com)**へ **関**&**関**県立芦屋高等学校 **(32-2325)**

◆さわやか体操教室(介護予防事業)
老人福祉社会局
日①1月6日～3月23日(水・全12回)②1月7日～3月31日(木・全12回)/10時～11時30分 **関**簡単筋力アップ体操・バランス運動・関節可動域改善 **児**65歳以上・各15人(要予約)※初参加者優先 **お**お茶・タオル **関**12月1日～4日までに下記へ **関**アクティブライフ山芦屋 **(25-7100)**

【アクティブライフ芦屋】
日1月7日～3月11日(木・全10回)10時～11時30分 **関**足腰元氣! 転ばん体操 **児**65歳以上・12人(要予約)※初参加者優先・申し込み多数の場合抽選 **お**お茶・タオル・上履き **日**12月5日までに下記へ **関**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・近隣集会所】
日1月7日～3月24日(木・全12回)①10時～11時30分②13時～14時30分 **関**椅子体操ほか①主に座位運動②立位運動あり **児**65歳以上・各15人(要予約)※初参加者優先・申し込み多数の場合抽選・他施設を含め2期続けての申し込み不可 **関**上履き・タオル・お茶 **日**12月1日～6日(3日休館)までに下記へ **関**セントラルフィットネスクラブ芦屋 **(38-2525・10時～18時)**
【介護予防センター】
日①1月18日～3月28日(月・全10回)14時～15時30分②1月5日～3月15日(火・全11回)13時30分～15時 **関**①ゆったりいす体操(初心者向け)②脳を刺激(コーディネーション運動) **児**65歳以上・各15人(要予約)※前期に受講されたかた・医師に運動を制限されているかたは参加不可/①②同時参加不可/申し込み多数の場合抽選 **お**お茶・タオル・上履き **日**12月1日～10日までに下記へ **関**介護予防センター **(31-0628)**

◆糖尿病教室
日12月11日(金)13時30分～15時 **関**病棟2階講堂 **関**糖尿病と合併症・糖尿病の検査2 **関**医師・臨床検査技師ほか **関**栄養管理室

◆両親学級
日12月12日(土)10時～12時 **関**お産の経過・赤ちゃんのお風呂 **児**妊娠22週以降の妊婦とパートナー・5組 **関**&**関**3階東病棟(13時～16時)

◆健康講座
日12月16日(水)13時30分～14時30分 **関**保健福祉センター **関**①この冬の急病について～おうちでできること、気をつけること～ **関**芦屋病院小児科部長・森田拓 **関**地域連携室

◆ブレ親教室 パパマクラス
日12月19日(土)9時30分～11時30分 **関**①妊娠中からの手入れの方法と母乳育児の実際②お産の話とマタニティ体操③親と子の絆づくりについて④パパと一緒に親子ふれあいタッチケア⑤妊婦と産後ママの交流 **児**5ヵ月未満の赤ちゃんのいるママとパートナー(5組)10時30分～/妊婦24週以降の妊婦とパートナー(20組)9時30分～<要予約> **関**母子健康手帳・妊婦は運動ができる服装(ズボン等)・ママは赤ちゃん用バスタオル1枚 **関**&**関**&**関**上記へ

◆もぐもぐ離乳食教室
日12月21日(月)9時45分～11時30分 **関**保健福祉センター(調理実習室) **関**7～8カ月の離乳食のすすめ方の講話・試食・手遊び **児**6～7ヵ月児(第1子優先)と保護者・20組<要予約> **関**母子健康手帳・バスタオル **関**&**関**上記へ

◆アルコール依存症の家族会
日12月11日(金)10時～12時 **関**アルコール問題で悩んでいる家族 **関**&**関**上記(地域保健課)へ

講習・講座

◆総合公園12月の園芸講習会
日&**関**①12月14日(月)13時30分～15時(土)10時～12時・プロに学ぶ! 伝わる文章の書き方 **関**各15人<要予約> **関**1回500円 **関**&**関**&**関**あしや市民活動センター **(26-6452/関26-6453)**

寄附

11月10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>
 ●10,000円、匿名
【社会福祉協議会取り扱い分】
 ●10,000円、猿丸宏子

平成27年度市民企画講座「パーソナルカラー診断」

■日 時 12月19日(土)午前10時～正午 ■会 場 男女共同参画センター
 ■内 容 パーソナルカラーの基礎知識を学ぶ
 ※お気に入りの色の洋服でご参加ください(個別診断あり)
 ■対 象 20～40代の子育て世代の家族・先着6組(子ども同伴可)
 ■一時保育 2歳以上就学前児・先着4人(1人300円)<要予約>
 ■企画・運営 自分達らしく暮らすこと
 ■講 師 カラー&イメージコンサルタント・井上葉子氏
 ■申し込み 希望講座名・住所・電話(ファクス)番号・氏名(参加者全員)・一時保育または同伴希望の場合は子どもの名前・年齢月齢を、12月1日(火)から、はがき・ファクス・Eメール・電話もしくは下記窓口へ。※定員になり次第、締め切り

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

お知らせ
 芦屋病院 **31-2156**
 ●市民ギャラリー
日12月3日～28日 **関**管理棟4階ギャラリースペース **関**浅田廣子「楽しく写真を撮ろう会」 **関**総務課
 ●芦屋病院マチネーコンサート
日12月23日(水・祝)14時30分～ **関**外来棟4階黄色いピアノ前 **関**マチネーコンサート19周年記念(聖なるクリスマスの調べ) **関**寺本郁子(ソプラノ)・中村八千代(フルート)・内田博世(ピアノ) **関**総務課

●12月1日は世界エイズデー
関エイズ患者・H I V感染者数が増えています。不安をお持ちのかたは、積極的に検査(匿名・無料)を受けましょう!(健康カレンダー参照) H I Vに感染した人への偏見や差別をなくし、正しい知識を持ち、共に生きる社会を築きましょう!
関上記へ

●糖友教室
日12月11日(金)13時30分～15時 **関**病棟2階講堂 **関**糖尿病と合併症・糖尿病の検査2 **関**医師・臨床検査技師ほか **関**栄養管理室

●両親学級
日12月12日(土)10時～12時 **関**お産の経過・赤ちゃんのお風呂 **児**妊娠22週以降の妊婦とパートナー・5組 **関**&**関**3階東病棟(13時～16時)

●健康講座
日12月16日(水)13時30分～14時30分 **関**保健福祉センター **関**①この冬の急病について～おうちでできること、気をつけること～ **関**芦屋病院小児科部長・森田拓 **関**地域連携室

●ブレ親教室 パパマクラス
日12月19日(土)9時30分～11時30分 **関**①妊娠中からの手入れの方法と母乳育児の実際②お産の話とマタニティ体操③親と子の絆づくりについて④パパと一緒に親子ふれあいタッチケア⑤妊婦と産後ママの交流 **児**5ヵ月未満の赤ちゃんのいるママとパートナー(5組)10時30分～/妊婦24週以降の妊婦とパートナー(20組)9時30分～<要予約> **関**母子健康手帳・妊婦は運動ができる服装(ズボン等)・ママは赤ちゃん用バスタオル1枚 **関**&**関**&**関**上記へ

●もぐもぐ離乳食教室
日12月21日(月)9時45分～11時30分 **関**保健福祉センター(調理実習室) **関**7～8カ月の離乳食のすすめ方の講話・試食・手遊び **児**6～7ヵ月児(第1子優先)と保護者・20組<要予約> **関**母子健康手帳・バスタオル **関**&**関**上記へ

●アルコール依存症の家族会
日12月11日(金)10時～12時 **関**アルコール問題で悩んでいる家族 **関**&**関**上記(地域保健課)へ

●夜間在宅輪番 *金曜日・20時～23時
 ()内は診療科目
 12/4 富永医院(内・小) **22-3823**
 12/11 吉田内科クリニック(内) **38-7210**
 12/18 鈴木小児科(小) **34-0766**
 12/25 林整形外科外科医院(整) **32-8880**
 1/8 大森医院(内) **32-3997**
 *金曜日23時～翌朝7時/金曜日以外の20時～翌朝7時 南芦屋浜病院 **(22-4040)**

第3回 危険物取扱者試験

■日時 試験日・平成28年2月7日(日) ■会場 神戸市ほか7会場
 ■内容 甲種・乙種全類・丙種
 ■申し込み ①郵送・持参…12月4日～16日までに消防試験研究センター兵庫支部へ②電子申請…12月1日～13日までに同ホームページへ※写真(縦4.5cm×横3.5cm)は、受験票へ貼り付け

問い合わせ 消防本部予防課 **38-2098**

12月・前半

※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
子育て関係		
4ヵ月児健康診査	8日(火)12時45分～13時45分	平成27年8月1日～15日生まれ
10ヵ月児健康診査	市内実施医療機関	平成27年2月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	10日(木)12時45分～14時	平成26年6月1日～20日生まれ
3歳児健康診査	3日(木)12時45分～14時	平成24年11月1日～15日生まれ
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】
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	15日(火)9時30分～11時	妊娠中の栄養・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】
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】
	胃がん検診	2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】
検(健)診・相談等	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】
歯(健)診・相談等	骨粗しょう症検診	2月以降の予約受け付け中	20歳以上/超音波法(1,000円) 【要予約】
	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
健康相談	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】
	栄養相談	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】
特定健康診査(個別)	特定健康診査(個別)	12月12日(土)まで・診療時間内<市内実施医療機関>	40歳以上の国民健康保険加入者(受診券のあるかた) 【要予約】
	後期高齢者医療健康診査		75歳以上の後期高齢者医療制度加入者(受診券のあるかた) 【要予約】
H I V ・肝炎・梅毒検査	H I V ・肝炎・梅毒検査	4日・18日(金)13時30分～14時	匿名検査 【要予約】
	ところのケア相談	8日(火)13時～14時30分	専門医によるところの病気の相談 【要予約】
専門栄養相談	22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】	

■芦屋病院 **31-2156/関22-8822** (朝日ヶ丘町39-1)
 ■保健センター(保健福祉センター3階) **31-1586/関31-1018** (呉川町14-9)
 ■芦屋健康福祉事務所(芦屋保健所) **32-0707/関38-1340** (公光町1-23)

平成25年3月31日まで(定期予防接種以前)に

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン

のいずれかを接種されたかたへ
 ヒトパピローマウイルスワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種したかたのうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診したかたは、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合があります。心当たりのあるかたは、具体的な請求方法等について至急下記までお問い合わせください。請求期限は接種後5年以内です。

独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口
 フリーダイヤル **0120-149-931**
 ご利用にならない場合は **303-3506-9411(有料)**

問い合わせ 保健センター **31-1586**

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
 12/4 富永医院(内・小) **22-3823**
 12/11 吉田内科クリニック(内) **38-7210**
 12/18 鈴木小児科(小) **34-0766**
 12/25 林整形外科外科医院(整) **32-8880**
 1/8 大森医院(内) **32-3997**
 *金曜日23時～翌朝7時/金曜日以外の20時～翌朝7時 南芦屋浜病院 **(22-4040)**

●内科・小児科(日曜・祝日、9時～17時)
 休日応急診療所 **31-2782(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)

●救急指定病院
 芦屋病院<内> **31-2156**
 南芦屋浜病院<外・内> **22-4040**
 芦屋セントマリア病院<外・内> **23-1771**
 <耳鼻咽喉科>
 日曜・祝日 9時～16時
 土曜 18時～20時30分
 <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**